© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

Grossesse et cannabis

Par Profil supprimé Posté le 23/11/2019 à 15h21

Bonjour je suis enceinte de 24 semaines maintenant, mon bébé va bien et très actif pour mon plus grand bonheur. Seulement je suis très anxieuse, je suis suivi depuis mon adolescence pour de forte crises d'angoisse qui maintenant et depuis ma grossesse sont moin fréquentes, mon gros problème est que depuis maintenant 8 ans je fume du cannabis, au départ cetais surtout pour dormir car j'ai oublié de le préciser mais si je ne fume pas je dors que 2/3 heurs par nuit. Sauf que j'ai découvert dans le cannabis cet effet qui me permet de me détendre et par la suite je consommait 4 a 5 joint par jours. Depuis ma grossesse je n'ai pas réussi a arrêter j'ai seulement diminuer a deux joint par jours, et j'ai surtout garder celui pour dormir, impossible pour moi d'arrêter j'ai pourtant essayé sans succès je devien irritable voir dépressif et la journée ma paraît très longue jusqu'à que je fume mon premier joint... Je culpabilise énormément surtout que bébé bouge beaucoup et ce même quand je fume.. je tien aussi a préciser dans le passer les psychiatre on tenté de m'aider a arrêter en me donnant de l'alprazolam qui au contraire ma réveillée encore plus mes crises d'angoisse j'ai donc arrêter tout ces médicaments depuis longtemps. Cependant j'aimerai avoir quelques astuces pour arrêter définitivement sans avoir un effet de sevrage derrière qui pourrai me retenter a fumer, je ne veux pas que mon bébé vive le sevrage non plus a la naissance c'est pour cela que j'ai diminué petit a petit pendant ma grossesse mais c'est très dure meme si je sais tout les risques que cela encoure. J'aimerai avoir vos conseils surtout que ma sage femme et gynéco ne sont pas au courant j'ai tellement honte, par contre je suis toujours suivi pour mes crises par une psychologue mais je ne trouve pas d'amélioration non plus. Mon conjoint qui fume aussi ne m'aide pas car il fume sous mon nez et est peu investi dans ma grossesse, une amie a qui j'en ai parler c'est la seul d'ailleurs ma informé que plutard mon bébé pourrai avoir un certain retard sur la concentration, pour apprendre a parler, et pour mémoriser.. j'ai tellement peur ... Cependant comme je vous l'ai mentionné la grossesse est très positive sur mon état psychologique et m'aide a ne pas angoissé certains jours donc je devrais pouvoir y arriver mais en ayant essayé sans succès et voir pire sur mon état.. Merci de m'avoir lu et de m'aider par avance ...

1 réponse

Moderateur - 25/11/2019 à 16h53

Bonjour Scylla39,

Je vous invite à lire la réponse qu'a faite Amelita à Choutassany ce weekend dans le fil de discussion "future maman, bientôt ex fumeuse". Voici le lien :
https://www.drogues-info-service....eurs/Future-maman-bientot-ex-fumeuse

Je vous livre aussi un extrait de ce que nous écrivons au sujet du cannabis pendant la grossesse : "Le cannabis n’entraîne aucune malformation chez le bébé il peut en revanche être à l’origine de

complications de la grossesse. Ces complications touchant le placenta, peuvent entraîner des naissances prématurées et dans les cas les plus graves mettre en danger la vie du fœtus comme celle de la mère. A la naissance, les bébés exposés au cannabis durant leur vie intra utérine peuvent présenter des sursauts et des tremblements. Cet état est passager." Voici la fiche :
https://www.drogues-info-service....drogues/Le-dico-des-drogues/Cannabis

Que devez-vous déduire de ces informations ?
La prise de cannabis pendant votre grossesse est un risque pour son déroulé mais un risque limité.
C'est-à-dire que même si dans notre texte nous parlons de risques graves, comprenez qu'ils sont rares et qu'ils ne sont pas le lot commun de toutes les fumeuses de cannabis pendant la grossesse.
En revanche, pour votre futur bébé, les données actuelles ne permettent pas de dégager un risque qui serait très grave. Les principaux risques sont identiques à ceux du tabac (accouchement prématuré, moindre poids à la naissance) et un petit risque de sevrage à la naissance, transitoire. Ces effets sur le bébé se rattrapent ensuite avec sa croissance. Il n'y a pas forcément de séquelles sur le moyen ou long terme. Le témoignage d'Amélita vous montre que cela peut même très bien se passer finalement.

Amélita dit autre chose aussi, et c'est peut-être le plus important : l'amour que vous portez à votre bébé c'est essentiel, limiter votre stress aussi !

Alors oui, si vous êtes particulièrement angoissée et que le joint vous est vraiment utile pour l'instant ne cherchez pas forcément à l'arrêter absolument ou à trop le diminuer. Les efforts que vous avez déjà fait semblent conséquents et sont déjà un mieux pour votre grossesse. Votre fœtus profitera certainement mieux d'une maman moins stressée et moins culpabilisée que d'une maman en combat permanent avec elle-même et avec le joint.

Nous comprenons qu'il puisse être difficile d'en parler à son gynéco ou à la sage-femme. Nous ne pouvons pas vous garantir d'une "bonne" réaction car ce n'est pas toujours le cas. Cependant le contraire existe aussi et c'est mieux d'avoir des personnes professionnelles sur lesquelles vous pouvez vous appuyer. Drogues info services peut regarder, si vous souhaitez, s'il n'y a pas dans votre zone géographique un accueil ou un réseau professionnel pour les femmes enceintes faisant usage de substances. Avec de telles structures ou réseaux vous êtes sûre d'avoir des professionnels qui ne vous jugeront pas et qui comprendront votre situation. N'hésitez pas à appeler notre ligne d'écoute pour en parler (appel anonyme et gratuit, 7j/7 de 8h à 2h) au 0 800 23 13 13.

Enfin nous vous recommandons de discuter avec votre conjoint. Sans renoncer à sa consommation il pourrait en effet faire un peu plus attention pour ne pas consommer devant vous. Vous identifiez très bien qu'alors que vous êtes en plein effort de réduction, fumer devant vous ne fait que vous poser plus de difficultés qu'autre chose. Vous n'avez pas besoin de ce stress supplémentaire...

Pour résumer une future maman moins stressée, quitte à continuer les joints, heureuse de sa grossesse, aimante de son futur enfant, qui se nourrit correctement et évite surtout de boire de l'alcool pendant sa grossesse (l'alcool est la drogue la plus dangereuse pour la grossesse) fera de vous une maman qui offre déjà de très bonnes conditions de développement à son futur enfant.

Nous vous souhaitons de prendre confiance en vous et que votre grossesse se poursuive sans encombre. Vous faites déjà bien des efforts dans ce sens alors... Bravo !

Le modérateur.