© Drogues Info Service - 5 juillet 2025

Vos questions / nos réponses

Cannabis confinement - que faire ?

Par Profil supprimé Postée le 08/04/2020 01:12

Salut. Je viens ici pour la première car je n'arrive pas à trouvé de solution tout seul. Je vais essayer d'être le plus clair possible et de vous décrire au mieux la situation. Alors voilà, j'ai commencer à fumer du cannabis à l'age de 17 ans, je ne vais pas trop rentrer dans les détails, mais pour la faire courte, j'ai commencer le cannabis pour tenter de survivre; je m'explique, avant mes 17, j'étais suicidaire à l'extrême, puis j'ai découvert le cannabis, ce qui m'as permis d'oublier mes pensées suicidaire. Du coup je fumais tous les jours, pour la simple et bonne raison que si je ne fume pas, je recommence à vouloir me suicider. Mais voilà que le confinement est arrivé, je ne l'avais pas vu venir, et je n'ai donc pas pu me faire de stock. Du coup depuis le début du confinement, c'est à dire bientôt 1 mois, je ne peux plus fumer car je n'ai plus rien à fumer. Au début, je me disais que ça allait être un dur et long moment à passer mais que je pouvais tenir car ce n'étais qu'un mois et que je pourrais re-fumer après. Seulement, nous ne somme même pas encore à 1 mois, et je ne tiens vraiment plus, je suis à bout, et le pire c'est que je sais pertinemment que le confinement ne vas pas s'arrêter le 15 avril, mais sans doute bien plus tard ... Si je galère déjà énormément à tenir ne serait-ce qu'un mois, comment vais-je pouvoir tenir encore bien plus longtemps ? De plus, je ne veux pas mettre ma famille en danger, donc je ne veux pas sortir et tenter de trouver un dealer quelque part. Donc voilà le problème, il me faut du cannabis pour survivre, mais je n'en ai pas, et je ne pourrais pas en avoir avant la fin du confinement qui risque d'être encore très long mais je ne tiens déjà plus du tout, j'ai fais tout les efforts que je pouvais, mais au bout de 3 semaines et demi, me voilà à ma limite, je ne sais pas comment faire, j'ai BESOIN de cannabis, sinon je ne fais que penser à la mort :(Comment faire ? L'idéal serait que le cannabis soit légal et que je puisse allez en acheter en même temps de faire les courses pour 2 semaines, mais ce n'est pas légal et je ne peux donc pas en acheter en même temps de faire les courses ... PS: j'habite à la campagne, donc je ne pourrais même pas trouver un dealer à moins d'une heure si jamais ... PS²: j'ai déjà gratter tous les pochons et les grinders que j'ai, du coup je n'ai absolument plus rien du tout nul part :(Légalisez le cannabis immédiatement, et livrez moi en part drone, ... je deviens fou, ça n'arriverais absolument jamais, mais alors comment survivre ??? Aidez moi svp.

Mise en ligne le 08/04/2020

Bonjour,

Vous nous expliquez bien dans votre question que la consommation de cannabis régulière a pu vous apporter apaisement et soulagement au quotidien depuis vos 17 ans.

Ne pouvant plus vous procurer de produit, vous êtes contraint de traversez une phase de sevrage que vous n'avez pas choisie.

Le syndrome de sevrage peut toucher nombre de consommateurs de cannabis qui arrêtent. Il s'agit d'un ensemble de symptômes qui peuvent s'étendre de une à quatre semaines en moyenne selon les individus.

Les difficultés observées sont en général des troubles du sommeil, de l'alimentation et de l'humeur. Vous pouvez retrouver des données plus détaillées sur le syndrome de sevrage dans notre fiche produit cannabis que nous vous joignons en fin de réponse, au chapitre "dépendance".

L'arrêt du cannabis, peut également chez certaines personnes faire ressortir de manière majorée un mal-être plus profond qui était déjà présent et que la consommation "étouffait".

Nous comprenons bien que c'est cette forme de fonction que vous recherchiez dans la consommation du produit.

Il nous parait essentiel que vous ne restiez pas seul dans cet épisode difficile que vous traversez.

Peut-être est-il possible de vous adresser à votre médecin traitant pour lui demander un traitement ponctuel afin de traverser cette période en souffrant le moins possible.

Nous savons toutefois qu'il n'est pas forcément simple de s'adresser à cet interlocuteur sur des questions de drogues, cela peut dépendre de la confiance que vous lui accordez ou de la facilité que vous avez ou non à oser aborder le sujet.

C'est pourquoi nous pouvons également vous conseiller d'envisager des alternatives.

Il existe des lieux nommés Consultations Jeunes Consommateurs (CJC) qui s'adressent aux jeunes de moins de 25 ans. Les professionnels qui y exercent (en général médecin addictologue, psychologue, infirmiers...) connaissent bien le lien qui peut exister entre mal-être et consommation de produits, ainsi que les difficultés que le sevrage peut faire ressortir.

Ils peuvent vous aider à tenter de mettre en place des outils individuels pour vous soulager et prendre en compte les idées noires qui vous traversent.

L'accueil dans ce type de structures est non jugeant, confidentiel et gratuit.

Avec le confinement, certaines fonctionnent de manière réduite mais nous vous conseillons tout de même de tenter de les contacter par téléphone afin de demander à les rencontrer. Nous vous mettons des coordonnées en fin de message.

Dans tous les cas, nous sommes sensibles à votre détresse et vous encourageons à faire une démarche pour prendre soin de vous.

D'ici l'obtention d'un éventuel rendez-vous, n'hésitez surtout pas à contacter un de nos écoutants pour échanger davantage de votre situation et voir si d'autres pistes sont possibles.

Nous sommes accessibles tous les jours, par téléphone au 0800 23 13 13 (anonyme et gratuit) de 8h à 2h du matin ou par le Chat de notre site Drogues Info Service de 8H à 00h.Un(e) écoutant(e) prendra le temps de faire le point avec vous.

Avec tous nos encouragements pour trouver l'aide dont vous avez besoin actuellement,

Bien cordialement.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures su

---

Csapa 37 Tours-Centre

26, rue de Richelieu
37000 TOURS

Tél : 02 47 47 91 91
Site web : www.chu-tours.fr/
Accueil du public : Lundi au vendredi de 10h à 16h30
Consultat° jeunes consommateurs : Consultations sur rendez-vous du lundi au vendredi. Consultations à la maison des adolescents sur demande.
Substitution : Délivrance des traitements de substitution pour les patients suivis.
Service mobile : le lundi et vendredi de 9h à 17h.
Secrétariat : Lundi, mardi, mercredi et vendredi de 10h à 12h30 et de 13h30 à 16h30 et le jeudi de 13h à 16h30

Voir la fiche détaillée

Espace Santé Jeunes - Point Accueil Ecoute Jeunes 37

70 rue Blaise Pascal
37000 TOURS

Tél : 02 47 05 07 09
Site web : https://espacesantejeunes-paej37.fr/
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h30 à 12h et 14h à 18h30. le 2eme samedi du mois de 9h à

12h. Permanences sans rendez-vous de 15h30 à 18h30 et jusque 20h30 le jeudi .
Consultat° jeunes consommateurs : Consultations pour les jeunes consommateurs et leur entourage sur rendez-vous
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h30 à 12h et 14h à 18h30.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Fiche sur le cannabis
- Les Consultations Jeunes Consommateurs (CJC), une aide aux jeunes et à leur entourage