© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

Besoin d aide pour arréter

Par Profil supprimé Posté le 30/07/2020 à 20h50

Bonjour, j ai commencé à fumer du cannabis occasionnellement vers l age de 14ans, trop de problèmes familiaux, trop de décès autour de moi. Au début ça m aider à me détendre et ça calmait mes angoisses. Aujourd'hui hui j ai 31 ans, je fume régulièrement et de plus en plus depuis 4/5ans. Je me lève le matin et c est la 1ère chose que je fais, la dernière avant de le coucher, ça m arrive mm de me réveiller en pleine nuit pour ca. Je ne me reconnais plus, j ai complètement changé de personnalité, je me brouille avec tout le monde, je ne mange plus, je ne dors plus, je vomis à la moindre contrariété. Je passe ma vie dans le flou, dans un mal-être permanent. Je me rends compte que tout cette merde n a fait que masquer le pb et renforcer mes angoisses. Sans parler de l argent perdu, des risques que je prend, des endroits glauques ou je dois aller pour en trouver.Je veux arrêter, j ai essayé plusieurs fois. J ai tenu 1mois sans pdt le confinement, puis mon meilleur ami s est pendu, ma mère m a renié une fois de plus, et lâchement j ai cédé. J y arrive pas, j ai l impression que j y arriverais jms. Quelques jours sans rien, et tte mes angoisses, tous mes Pbs reviennent, j ai la boule au ventre en permanence, je fais que pleurer et vomir. Je ne contrôle plus rien, je ne dors plus. J ai besoin d aide mais je ne sais pas ou la trouver. J ai honte d aller voir un médecin et qu il ne puisse rien faire pour moi. Je me sens vraiment mal, en permanence, je suis à bout.