© Drogues Info Service - 15 juin 2025

Forums pour les consommateurs

27 ans d'addiction, comment arreter ?

Par Profil supprimé Posté le 14/11/2020 à 10h41

Bonjour,

Je suis une femme de 51 ans, mère de trois enfants, et je vis avec mon mari, gros fumeur de weed. Il est atteint d'une maladie génétique rare, et pour lui consommer du cannabis est le seul moyen de ne pas souffrir en permanence, et d'avoir une vie à peu près "normale". Depuis notre rencontre je fume aussi quotidiennement, beaucoup moins que lui, mais quand même entre 1 et 4 joints par jour selon les périodes.

J'ai essayé à plusieurs reprises d’arrêter mais je n'y arrive pas, la tentation est trop forte, surtout le soir quand les enfants sont couchés. En revanche, lors de missions professionnelles à l'étranger je suis déjà restée jusqu’à 15 jours sans fumer, sans autres symptômes que des insomnies.

Je réalise que ce qui me fait craquer pour "le petit pet du soir" c'est que j'ai peur de ne pas arriver à dormir si je n'en fume pas au moins un, même légèrement dosé.

Sauf que chaque matin, je me réveille avec la migraine, la bouche pateuse et une culpabilité grandissante. Je n'envisage pas d'en parler à mon médecin de famille, pour tout mon entourage je suis une mère de famille "modèle", et je n'ai pas envie de me faire coller un étiquette "toxico"sur le dos.

J'ai l'impression que ma volonté seule ne suffira pas, et je sens que c'est le moment de me faire violence pour en finir, et récupérer un peu de mémoire et de capacités cognitives qui semblent dramatiquement diminuer.

Si il y a ici des personnes dans des situations similaires, j'aimerai échanger sur votre parcours et vos éventuels conseils.