© Drogues Info Service - 6 juillet 2025

Vos questions / nos réponses

Accro au cannabis depuis mais 15 ans

Par Profil supprimé Postée le 10/11/2021 10:32

> Bonjour je suis accro au cannabis depuis mais 15 ans et j'ai 29 ans ojourdhui j'aimerais arrêter j'ai déjà essayer je n'est pas réussi quand j'arrête je ne m'alimente plus et je suis déprimée et je dort plus c'est très dur à vivre surtout que mon indépendance au cannabis me démotive de tout travail relation social engoisse stresse et j'en passe , j'ai réussi à diminuer se qui à fortement changer ma vie j'ai pue travaillé deux ans non stop mais pendant le premier confinement j'ai rechuter de plus belle et la je veux vraiment arrêter je peux pas continuer toute ma vie et surtout pour le bien de ma vie merci pour votre aide d'avance…..

Mise en ligne le 12/11/2021

Bonjour,

Passer à une abstinence après une longue période de consommation régulière peut provoquer des effets physiques et psychologiques tels que ceux que vous décrivez. A savoir, trouble du sommeil, trouble de l'appétit, stress, troubles digestifs ou déprime par exemple.

Ces effets peuvent durer jusque 4 semaines en diminuant progressivement. Si ces symptômes sont trop présents, vous pouvez demander l'aide d'un médecin ou pharmacien pour avoir un traitement diminuant les effets indésirables du sevrage.

Pour vous accompagner concernant la dépendance, vous pouvez également consulter un centre de soins en addictologie. Ces centres proposent des consultations de médecins, psychologues et travailleurs sociaux.

Nous vous proposons 2 adresses de centre de soins ci-dessous. Si vous vouliez en trouver encore d'autres, n'hésitez pas à contacter directement nos écoutants. Ils sont joignables par chat de 8h à minuit, 7j/7j ou par téléphone au 0800 23 13 13 de 8h à 2h, 7j/7j. L'appel est anonyme et gratuit.

Nos écoutants peuvent également vous proposer une écoute de soutien ponctuel ou répondre directement à vos questions.

Bien cordialement.

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

---

Antenne CSAPA - Association Addictions France 30

2, rue Joseph ARENE
30200 BAGNOLS SUR CEZE

Tél : 04 66 33 05 74
Site web : addictions-france.org/
Secrétariat : Mardi : 09h-12h30/13h30-16h30, et mercredi : 09h-12h30/13h30-17h
Accueil du public : Mardi : 09h-12h30/13h30-16h30, et mercredi : 09h-12h30/13h30-17h

Voir la fiche détaillée

CSAPA Addictions France

57, avenue Pierre Sémard
84000 AVIGNON

Tél : 04 90 13 37 50
Site web : www.addictions-france.org
Accueil du public : Le lundi de 11h30 à 17h, le mardi de 8h30 à 19h et le jeudi de 8h30 à 19h, mercredi de 8h30 à 17h, le vendredi de 8h30 à 16h
Secrétariat : Le lundi de 11h30 à 17h, le mardi de 8h30 à 19h et le jeudi de 8h30 à 19h, mercredi de 8h30 à 17h, le vendredi de 8h30 à 16h
Consultat° jeunes consommateurs : La Consultation Jeunes Consommateurs (12-25 ans) du CSAPA se tient à Cavaillon le mercredi de 14h à 17h

Voir la fiche détaillée