

## CBD POUR ARRÊTER LE CANNABIS

---

Par droom Postée le 01/01/2022 20:36

Bonsoir, Étant fumeur quotidien de cannabis (5 - 6 / jour en moyenne) et ayant arrêté depuis 4 jours, je ressens les effets du sevrage. Mon médecin traitant m'a prescrit un anxiolytique mais celui ci me provoque des effets de "défonce" ce qui me fait penser que je pourrai à tout moment en devenir addict... Certains proches a moi ont réussi à arrêter grâce à l'huile de CBD pour contrer le craving et le sevrage. Mon médecin m'a dit que le CBD pourrait me faire rechuter dans la consommation de cannabis. Pensez vous que l'huile de CBD en remplacement de l'anxiolytique pourrait être + sûr et + efficace ?

---

### Mise en ligne le 05/01/2022

Bonjour,

Tout d'abord, nous tenons à nous excuser une fois de plus pour le délai de réponse supérieur à notre engagement de vous fournir un retour dans les 48h.

Nous tenons à souligner votre motivation et vos efforts dans l'arrêt du cannabis. Il peut être très difficile d'arrêter sa consommation, surtout si elle est quotidienne, vous pouvez donc être fier de vous.

Nous comprenons vos réticences à prendre un médicament qui peut potentiellement générer une dépendance. C'est le cas de certains anxiolytiques, en particulier si ces derniers relèvent de la famille des benzodiazépines. Cependant, si ce traitement est utilisé ponctuellement ou pour une durée très limitée, le risque d'en développer une est réduit. Néanmoins, certaines personnes sont très sensibles à certaines molécules, et peuvent ressentir des effets indésirables (sommolence, difficultés de concentration, diminution de la vigilance...).

Si vous avez toujours des réserves quant à la consommation de ces anxiolytiques, ne vous forcez pas. Il existe des alternatives, comme vous l'avez très justement évoqué. Mais avant même de les évoquer vous pouvez d'ailleurs envisager de parler à votre médecin de vos inquiétudes et revoir le choix du produit ou sa posologie.

Même s'il vient du chanvre, le CBD ne procure que très peu d'effets psycho-actifs (sommolence chez certaines personnes), et il agit principalement comme réducteur de stress, de l'anxiété, et des troubles du sommeil. Les effets du CBD (il ne donne pas de sentiment de défonce) et son mode de consommation (ingestion de gouttes d'huile) étant très différents des joints de cannabis, il est peu probable que cela n'entraîne de "rechute". Cela, c'est si on se base sur sa composition. Mais il est possible également que cette consommation vous fasse penser au "vrai" cannabis, ce qui pourrait constituer une tentation.

Comme toute méthode alternative, le CBD ne fonctionne pas chez tout le monde: si certaines personnes y trouvent un intérêt non négligeable, d'autres n'y sont malheureusement pas réceptives. De plus, les effets ne sont pas "miraculeux", c'est-à-dire que les bienfaits n'apparaissent souvent pas instantanément, mais après quelques jours de consommation.

Quoiqu'il en soit, il vous est tout à fait possible d'explorer les méthodes qui vous permettront de poursuivre votre sevrage de la manière la plus sereine pour vous. En fin de réponse, nous vous glissons l'article de notre site internet consacré au CBD, dans lequel vous pourrez retrouver les différentes informations que nous avons à ce jour, sur le CBD.

Nous espérons avoir pu nourrir votre réflexion.

Nous vous envoyons tous nos encouragements pour la suite de votre démarche. En cas de besoin, n'hésitez surtout pas à nous recontacter par cette rubrique, par téléphone (au 0 800 23 13 13, entre 8h et 2h), ou par tchat (entre 8h et minuit).

Bonne continuation à vous.

---

### En savoir plus :

- Guide d'aide à l'arrêt du cannabis
- CBD (Cannabidiol)