© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

cannabis et anxiolytique

Par sandra28 Postée le 18/03/2023 10:05

> Bonjour, Après 7 ans d'arrêt du cannabis, j'essaie de fumer un peu pour me détendre. Mais c'est plutôt le contraire qui se produit. Déjà je ne prends pas beaucoup de quantité pour rouler et pourtant a chaque fois j'ai un bad trip: tachycardi et vertiges, du coup je suis tenté de prendre un quart de bromazepam pour calmer le Bad. Est-ce compatible ou ? Quels risques j' encoure. C'est très important pour moi de savoir j'attends votre réponse Merci beaucoup

---

Mise en ligne le 20/03/2023

Bonjour,

Vous nous indiquez avoir cessé vos consommations de cannabis depuis 7 ans. Vous ne nous précisez pas les raisons de cet arrêt antérieur. En vue de vous détendre, vous reprenez les consommations dans des proportions moindres, mais à chaque fois vous faites un malaise type, bad trip. Vous nous demandez s’il est possible d’y associer un anxiolytique sans courir de risques.

Nous ne disposons pas d’informations sur les risques d’interactions entre le cannabis et les traitements de la famille des benzodiazépines.

Toutefois, le cannabis semble être à l’origine de vos malaises. Par conséquent, il est dommage que vous ayez recours à ce produit puisqu’il suscite un état plus déplaisant qu’avant la consommation.

Nous comprenons bien que vous cherchez à vous détendre. Or, dans un contexte de tensions ou d'anxiété, le cannabis exacerbe les émotions présentes au moment de la consommation. Lorsqu’un produit est utilisé pour pallier à un inconfort émotionnel, une contrariété, des soucis c’est qu’il fait office de béquille.

Il est important de rester vigilant à ce type d’usage car il sort d’un cadre convivial et vise plutôt à améliorer un état psychologique ou émotionnel. Or, vous disposez déjà d'un traitement anxiolytique qui devrait soulager ces aspects-là.

Peut-être qu’il serait intéressant de réfléchir à d’autres techniques de relaxation ou de détente. L’activité physique, créative, peu importe du moment que ça soit source de plaisir et de bien-être, vous permettrait de vous apaiser sans risque de malaise.

Si actuellement, vous traversez une phase difficile, il serait plus adapté de consulter votre médecin ou un psychologue pour qu’on vous aide à mettre en œuvre des alternatives plus adaptées en vue d’un mieux-être.

Sachez que vous pouvez poser toutes vos questions aux professionnels compétents en addictologie au sein des Centres de Soins d’Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Une équipe pluridisciplinaire composée de médecin addictologue, psychologue, travailleurs sociaux et infirmier propose un accompagnement et un soutien individualisé pour toute personne souhaitant évoquer sa consommation. L’accueil y est bienveillant et sans jugement. Les consultations sont individuelles, confidentielles et gratuites.

Nous vous transmettons en bas de page un lien vers notre rubrique « adresses utiles » pour trouver les coordonnées d’un CSAPA près de chez vous. Il vous suffira d’y renseigner la ville et de sélectionner « soutien individuel usager/entourage ».

Vous trouverez également un lien vers notre fiche produit "cannabis" pour que vous disposiez de toutes les informations dont vous pourriez avoir besoin.

En attendant, si vous ressentez le besoin d’échanger autour de votre situation, vous pouvez contacter nos écoutants par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit), tous les jours de 8h à 2h ou par chat via notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Bien à vous

En savoir plus :

- Fiche sur le cannabis
- Adresses utiles du site Drogues info service