© Drogues Info Service - 18 juin 2025

Forums pour les consommateurs

Cannabis alcool, addiction pourquoi ?

Par QuicheLorraine Posté le 20/06/2024 à 09h13

Bonjour,
Première contribution. Un grand merci à vous de prendre le temps de me lire.
J'ai commencé à fumer du cannabis vers 20 ans de manière régulière. J'ai arrêté en 2010 à en consommer régulièrement. Ensuite ma consommation est devenue occasionnelle jusqu'en décembre 2022.
Ayant trouvé a nouveau le moyen de m'en procurer facilement, je me suis remise à en consommer régulièrement, en alternant avec de courtes périodes d'abstinences.
A ce moment là dans l'excès, j'ai pris conscience pour la première fois qu'elle avait de réelles répercussions sur ma santé mentale. Alors j'ai arrêté totalement le 2 janvier 2024.
Reprise le 8 juin 2024, j'ai trouvé un moyen sans intermédiaire d'en trouver.
Déjà 12 jours, et comme d'habitude je pars dans les extrêmes. De 3-4 joints par jour, je passe a 7-8. J'ai clairement pas envie d'arrêter, je ne sais même pas pourquoi j'ai repris.
Lors de mes périodes d'abstinence je remplace le cannabis par l'alcool.

J'ai vraiment commencé à consommer de l'alcool en 2010. Suite à un sevrage au cannabis.
13 ans plus tard, ma consommation est de 70cl à un bon litre par soir. Sauf quand je fume du cannabis, je ne bois jamais.
Il y a eu plusieurs périodes d'abstinences ces dernières années. Mais l'inconvénient de l'alcool c'est qu'il se mari avec tout, que tu ai passé une bonne ou une mauvaise journée, il excuse tout.

Addicte trop assidu depuis plusieurs années à ces deux produits, je n'ai jamais eu de gros symptômes de sevrage, surtout des sauts d'humeur et les nerfs à fleur de peau pendant 3 jours.

Alors pourquoi ?
Évidemment des antécédents de maltraitance dans mon enfance. Et certainement un fond de dépression. J'ai lutté pendant des années et soigné une bonne partie de mes traumatismes.
Mais je crois qu'elles font partie de moi depuis si longtemps que parfois elle nécessite une petite rechute, inconsciemment, pour ressentir quelques choses.

J'aimerais beaucoup avoir vos témoignages sur la question.
Et pardon si jamais je fais doublons, c'est qu'il y a beaucoup à parcourir.