

Vos questions / nos réponses

# Effets récupérables ou irréversibles du cannabis

Par [kam123456789](#) Postée le 20/06/2024 16:54

Bonjour, je souhaite savoir combien de temps au maximum les conséquences d'une addiction au cannabis peuvent durer. J'ai fumé de mes 13 à 21 ans, quotidiennement et à forte dose à partir de mes 15 ans, et j'ai arrêté depuis 6 mois. Cependant, je ne ressens plus aucune motivation, ni pour mon futur, ni même au quotidien. Des choses qui me faisaient auparavant plaisir (création artistiques, jeux vidéos, lecture, musique) n'ont plus d'effets. Je n'ai pas envie de reprendre du tout car cela a finit par me rendre malade, mais je n'arrive pas à m'insérer de nouveau dans la vie active (en théorie j'y suis insérée mais je n'ai aucune envie ou motivation, je suis le fil des choses car j'y suis "obligée"). Est-ce que cela s'atténuera avec le temps ? Comme je sais avoir fumé dans une période cruciale de mon développement, est-ce irréversible ? Les accès aux centres de soins (CMP) m'ont été refusé à une époque où j'allais bien plus mal et où j'étais encore addict, je ne pense pas pouvoir y accéder maintenant (et je ne m'en sens pas légitime). J'ai payé plusieurs psychologues depuis plusieurs années, sans que cela ne m'aide réellement. Je ne sais plus quoi faire. Bien à vous et en vous souhaitant le meilleur.

---

**Mise en ligne le 22/06/2024**

Bonjour,

A la lecture de votre message, nous comprenons ce qui pourrait s'apparenter davantage à un épisode dépressif qu'à la question de la consommation de cannabis arrêtée depuis 6 mois.

Si un lien peut être fait entre votre état psychique actuel et la consommation passée, il pourrait résider dans les raisons qui vous avaient conduite à consommer régulièrement dès l'âge de 15 ans. En effet, une addiction n'est pas le fruit du hasard et c'est probablement un état de mal-être qui vous avait amenée à trouver une forme d'apaisement avec le cannabis. A l'arrêt de celui-ci, cet état de mal-être ressurgit et peut être envahissant.

Aussi, nous vous invitons à vous rapprocher d'un professionnel de santé, votre médecin si vous êtes en confiance avec lui ou un médecin psychiatre afin d'évaluer la question de cette absence d'envie, de « goût à la vie » qui peut s'apparenter à un état dépressif. Un traitement peut parfois aider à « remonter la pente », qu'il soit en médecine traditionnelle ou à base de produits naturels.

A la question des maladies mentales qui affectent durablement les personnes, il est seulement établi que l'usage de cannabis peut déclencher les troubles chez les personnes qui présentent des facteurs de risque de développer une maladie. Il peut également aggraver les troubles des personnes déjà atteintes. En revanche, en l'état actuel des connaissances, l'usage de cannabis n'apparaît pas causer de maladie mentale.

Si vous souhaitez évoquer votre situation sous forme d'échanges et bénéficier d'un soutien ponctuel, nous sommes également joignables de façon anonyme et gratuite tous les jours de 8h à 2h au 0800 23 13 13 ou par chat via le lien « chat » ci-dessous, de 14h à minuit en semaine, de 14h à 20h le we.

Nous vous encourageons à ne pas rester seule dans cette situation.

Bien cordialement

---