© Drogues Info Service - 4 décembre 2025

Existe t-il un usage de drogue sans risque ?

Aucune consommation de drogue n’est sans risque, même lorsqu’il s’agit d’une première fois, et peut-être même surtout la première fois.

Sans risque la première fois ?

Le manque d’expérience peut provoquer des ressentis négatifs face à des effets inconnus (allant parfois jusqu’au « bad trip » provoqué par une intoxication aigüe à une substance) ou entrainer une consommation excessive, des prises de risques importants, voire des accidents (coma éthylique, prise de risque liée aux hallucinations, décès par surdose, etc.).

Consommer une drogue n’est jamais banal. L’envie d’essayer de nouveau ou l’impression de « gérer » peuvent pousser à consommer de plus en plus souvent, exposant au danger qu’une dépendance s’installe.

La dépendance, une conséquence systématique ?

La plupart du temps, les usages de drogues sont des expérimentations uniques ou des pratiques occasionnelles. L’installation d’une addiction est en réalité tributaire d’une conjonction de facteurs. Ainsi, il y a des drogues qui rendent plus facilement ou plus rapidement dépendant que d’autres. La manière de consommer ainsi que l’environnement ont également leur importance.

Les individus eux-mêmes ne sont pas égaux devant la dépendance. Si être dépendant n’est pas forcément un problème en soi (certaines personnes dépendantes arrivent à mener une vie « normale »), c’est souvent un facteur d’aggravation important des problèmes entraînés par l’usage de drogue.

Où commence l'addiction ? (DIS)

On ne peut pas devenir dépendant du cannabis ?

Le cannabis, comme les autres drogues, peut provoquer une dépendance. L'intensité de la dépendance est liée aux habitudes de consommation, aux quantités utilisées, à la personnalité de l'usager, à ses conditions de vie. S'il n'existe pas de signes physiques de manque (appelés symptômes de sevrage pour l'héroïne ou l'alcool), il peut être difficile, voire insupportable, d'arrêter de consommer du cannabis car cet arrêt peut entraîner déprime, anxiété, irritabilité (énervement, stress) ou encore difficultés à dormir… Un fumeur régulier a besoin de temps pour s'adapter à une vie sans cannabis, surtout quand elle laisse réapparaître un mal-être. Il est alors parfois nécessaire de se faire aider.

Ainsi, les conséquences d'une consommation de drogue dépendent de la personnalité de l'usager, de la manière dont elle est utilisée mais également du contexte qui entoure cette prise de drogue.