

Forums pour l'entourage

# Addiction CBD

Par Nath52 Posté le 18/04/2026 à 19h11

Bonjour à tous,

Je vous écris ce soir car je n'en peux plus de l'addiction de mon conjoint, 20 ans que nous sommes ensemble. Et 20 ans d'addiction. Au début c'était du cannabis, puis à l'arrivée de nos enfants il y a 10 ans il a arrêté du jour au lendemain, jusqu'à ce que le CBD devienne légal il y a quelques années. Depuis c'est la descente aux enfers. Sa consommation se "durcit" de jour en jour.

Je me suis aperçu qu'il allait chercher son CBD tous les jours, à coup de 50euros, parfois plus parfois moins mais globalement c'est 1000euros de tabac et CBD qui partent ... en fumé chaque mois. Ce que je ne comprends pas c'est que je lis partout que le CBD n'est pas une substance addictive, ni psychoactive, que les addictologues s'en servent pour les sevrages aux cannabis. Il ne sait pas que je me connecte avec son téléphone à ses comptes bancaires, je n'en suis pas fière, mais c'est le seul moyen que j'ai trouvé pour connaître sa vraie consommation car il me ment tout le temps sur sa consommation.

C'est quelqu'un de très "flou", tout le temps dans l'incertitude de savoir ce qu'il pense, je ne sais pas s'il est vraiment conscient que sa consommation est problématique. Quand je lui en parle, il me répond que je le connais depuis toujours fumeur, que je n'ai pas à le changer.

J'ai menacé plusieurs fois de le quitter pour ça, avec des tentatives échouées car je l'aime, et je n'arrive pas à tenir sur le long terme.

Bref, je sais pas pourquoi j'écris aujourd'hui sur ce forum.  
Je me sens dans une impasse.

## 2 réponses

---

cb98 - 25/04/2026 à 20h45

Bonsoir, je vous réponds car ça m'a beaucoup touché de lire votre message et si ça n'a pas encore aidé votre conjoint à arrêter, ça m'a personnellement renvoyé l'image de mon addiction et donné envie d'y travailler. Ayant arrêté le cannabis il y a quelques mois je me rends désormais compte que le Cbd, bien que plus doux, reste une continuité de l'addiction, à un genre de rituel qui clôture la journée. Je me suis demandée si vous aviez réussi à parler à votre conjoint d'un suivi thérapeutique ? Personnellement

je vois une psy et je n'ai pas tellement creusé ce sujet là, alors qu'un travail en profondeur pourrait être déjà une bonne première étape pour conscientiser les mécanismes addictifs et tenter de les mettre à distance.  
Bonne soirée

Rico93200 - 26/04/2026 à 10h04

Bonjour,

J'ai moi-même été accroc au cannabis à raison d'environ 50 à 60 Euros/semaine et j'ai décroché grâce au CBD.

Je fumais environ 20 Euros de CBD tous les 3 jours. Il y'a 2 mois ,j'ai pris la décision d'arrêter aussi le CBD. Il faut savoir que le CBD procure une petite détente mais absolument rien avoir avec le cannabis illégale qui lui défonce carrément.

Pour qu'il puisse arrêter, il ne lui faut que la volonté et la motivation car 1000 Euros/mois ,c'est excessif et comme vous le dites, ça part en fumée, c'est le cas de le dire.

Le quitter ? Ce n'est pas une solution mais après tout cela ne relève que de votre choix et c'est vous qui vivez avec lui et donc personne ne peut se mettre à votre place.

Tout cela pour vous dire qu'il n'y a que lui qui puisse prendre conscience que cela n'est plus acceptable et au mieux dites lui de se faire suivre par un adictologue ,il y'a des solutions mais la seule vraie solution est ...la volonté !

Le CBD n'est pas adictif ,tout est dans la tête. Qu'il fasse du sport et qu'il change ses habitudes, c'est essentiel !

Bon courage !