© Drogues Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

Volonté d'arrêter la consommation de cannabis

Par Profil supprimé Postée le 13/10/2009 15:19

> Comment arrêter quand amis, famille, conjoint fument également? Quelle attitude adopter?
> Quand on veut un enfant, le fait que le père fume a-t-il des risques pour la conception, la santé du bébé?
> Fumer un joint est il dangereux pour l'enfant?
> La cigarette est-elle moins dangereuse que le cannabis?
> Merci d'avance pour vos réponses.

Mise en ligne le 14/10/2009

Bonjour,

Le cannabis peut effectivement être un produit difficile à arrêter selon les raisons pour lesquelles on fume mais aussi parce que pour certaines personnes cela remet en question certaines habitudes de vie, au moins pendant un temps.
Il n'existe pas une méthode meilleure qu'une autre pour y parvenir. Certains ont à coeur de ne surtout rien changer à leurs habitudes, c'est une manière de rester confronté aux "tentations", d'apprendre à faire avec. S'il est trop difficile de cotoyer d'autres fumeurs pendant la période d'arrêt, il est possible de se "protéger" et d'éviter momentanément certaines rencontres, certaines sorties. Il est également envisageable de prévenir son entourage de son projet d'arrêt de manière à ce chacun soit vigilant. D'autres d'ailleurs, parmi les proches, pourraient avoir la même envie d'arrêter et ce pourrait être l'occasion d'une entraide.

Pour en venir à votre deuxième question, aucune étude, jusqu'à aujourd'hui, ne montre de danger sur la santé du foetus ou du bébé à venir quand le père est fumeur de cannabis. Certaines études en revanche indiquent de possibles effets sur le volume et le nombre de spermatozoïdes occasionnant du coup une baisse de la fertilité. Il en est de même sur les études relatives au "cannabis passif", aucun effet clinique n'a été démontré. Par mesure de précaution, il est conseillé d'éviter d'exposer un enfant à la fumée du cannabis comme à celle du tabac d'ailleurs.

Pour répondre à votre dernière question, il est difficile de classer les produits en fonction de leur dangerosité, tout dépend de la consommation que l'on en a. Les études les plus récentes montrent que la fumée d'un joint de cannabis contiendrait plus d'éléments nocifs (goudrons et monoxyde carbone) que la fumée du tabac. Cela voudrait dire qu'à quantité égale, le risque de maladies cardio-vasculaires et de cancers est plus important en fumant des "joints".

Cordialement.
