

Vos questions / nos réponses

## Sevrage cannabis

Par [Profil supprimé](#) Postée le 17/11/2009 20:59

alors voila

il y a maintenant 3 mois que j'ai arrêté le cannabis

étant plutôt un très gros fumeur, je vis aujourd'hui dans le flou le plus totale, je n'arrive pas à me sentir aussi bien qu'auparavant des sensations de gêne que se soit devant une télé ou au boulot avant quand je fumais je pensais vraiment à rien et à présent je pense, tous les matins sont dur du genre la même question à chaque réveil, suis-je guéri?

je n'ai absolument pas envie de refumer mais mon état me fait peur, idées noires

j'ai rencontré une addictologue, qui m'avait dit que si ça n'ira pas mieux on passera à un traitement sans accoutumance pour soigner les neurotransmetteurs!!!

est-ce bon de faire ce traitement et dans combien de temps me sentirais-je bien dans ma peau alors qu'avant j'étais le mec le plus heureux du monde quoi

je suis déséquilibré totalement la

besoin d'aide

---

### Mise en ligne le 19/11/2009

Bonjour,

Après avoir consommé abondamment, même si vous ne précisez pas quelle a été la durée de vos usages, il est courant de rencontrer quelques difficultés au moment de l'arrêt. En effet, vous dites ressentir des "sensations de gêne", et avoir "des idées noires". Tout ceci pose la question des raisons qui vous ont jusqu'à présent amené à consommer, et à vouloir arrêter par la suite. Il est par exemple possible que le cannabis ait jusqu'à présent "anesthésié" certains de vos soucis, voire même un état dépressif.

Vous avez fait le choix d'être accompagné dans votre démarche de soin et nous vous en félicitons. Le fait que certaines difficultés persistent après 3 mois d'arrêt confirme ce besoin d'aide. Votre addictologue vous a proposé un traitement, ce qui peut parfois représenter une aide temporaire dans un cas comme le vôtre. Il est toujours préférable de faire en parallèle un travail de fond sur le plan psychologique, comme il est possible de le faire dans la structure dont vous trouverez le lien ci-dessous. Ce type de structure, gratuit et anonyme, peut vous offrir une prise en charge globale, tant sur le plan médical que psychologique, afin de comprendre quel rôle a joué pour vous cette consommation de cannabis.

Il est difficile de pouvoir vous indiquer dans combien de temps vous irez mieux, ceci dépendant entre autres de la personnalité de chacun et de son histoire de vie. C'est grâce à votre suivi par des professionnels que vous mettez toutes les chances de votre côté pour que ces troubles disparaissent le plus rapidement possible.

Si vous aviez besoin d'une écoute ou de tout renseignement complémentaire, n'hésitez pas à contacter l'un de nos écoutants au 0800.23.13.13 (Ouvert de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe.)

Cordialement.

---

**Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :**

---

**[OPPELIA Le Triangle : CSAPA](#)**

18, rue de Bouillé  
44000 NANTES

**Tél :** 02 40 48 48 58

**Site web :** [www.oppelia.fr/le-triangle-nantes](http://www.oppelia.fr/le-triangle-nantes)

**Accueil du public :** Consultations sur rendez-vous du lundi au vendredi de 9h30-12h30 et de 14h-17h30  
Mardi ouvert uniquement de 9h30 à 12h30.

**Consultat° jeunes consommateurs :** Consultations sur rendez-vous au 32 quai de Versailles à Nantes -  
Contact au 06 73 13 10 89.

**Substitution :** Initialisation et délivrance de traitement de substitution dans le cadre d'un suivi médico, psycho-social.

[Voir la fiche détaillée](#)