© Drogues Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

Cannabis

Par Profil supprimé Postée le 20/12/2010 09:21

> J'ai 19 ans et je suis dépendant au Cannabis depuis plus de 2 ans (avant d'en être dépendant, je fumais déjà à l'âge de 15 ans).
> Il y a de cela quelque mois, je fumais jusqu'à 15 joints par jour et à cette époque je sortais d'une rupture amoureuse et professionnelle. Mon envie n'était plus, c'était un besoin presque vitale. Aujourd'hui je fume entre 5 et 8 joints par jours et ça me paraît énorme. Malheureusement, bien que je me rendre compte de l'absurdité de ma situation, je ne peux m'en empêcher. Et les sommes dépensées sont fulgurante (entre 50 et 80 euros par semaine.)
> Je ne ressens pas le besoin de fumer uniquement quand ça ne va pas, mais bien en permanence, du matin au soir.
> J'ai peu de souvenir de jours sobres.
> Quand j'ai ce qu'il me faut je suis quand même angoissé à l'idée de ne plus en avoir. Ca fait maintenant partie intégrante de ma vie, une nécéssité comme celle de manger ou boire. Je ne sais plus quoi faire, je ne parviens pas à trouver la volonté d'arrêter, ni même d'essayer. Ma tête contrôle celle ci et, bien que j'en connaisse les conséquence, rien n'y fait. Je suis au bout du rouleau et ce depuis bien longtemps. Je ne travaille plus, je ne fais plus grand chose. Mes relation, tant amicale qu'amoureuses sont de plus en plus catastrophiques.
> J'ai développé une sorte d'agoraphobie au fil du temps, j'ai perdu toute confiance en moi. Je perds mes mots, je perds toute inspiration, toute discussion, je me coupe du monde et même si mes amis restent auprès de moi, tout mon entourage me paraît maintenant biens loin. J'ai beaucoup changé, je le sais. Mais le cannabis m'a permis de comprendre énormément de choses, notemment sur ce qui nous entour et je sais que ce ne sont pas des faits fictifs dû à ma lethargie. Mais je préfererais comprendre dans un état normal. Etre comme tout le monde, m'instruire de la vie avec toute ma tête.
> Je ne sais par où commencer pour mettre fin à tout ça. Je suis jeune et déjà accros et je me demande ce que je vais devenir dans quelques années. J'en suis effrayé et les seules issues que je vois sont des extrême. Je ne veux pas en arriver là. La seule chose dont j'ai envie c'est de mettre un terme à tout ça et enfin reprendre ma vie en main mais ma dépendance à le dessus sur moi..
> Que puis-je faire pour commencer ?

Mise en ligne le 21/12/2010

Bonjour,

Votre témoignage montre bien l'installation d'une forte dépendance au cannabis s'étant

enracinée dans un contexte de difficultés psychologiques pour vous, incluant, entre autres, deux ruptures (sentimentale et professionnelle).
Aujourd'hui, malgré votre désir d'arrêter cette consommation, ce projet prend l'allure d'un obstacle infranchissable.

Vous vous êtes peu à peu isolé, désocialisé, et épuisé psychiquement. Le repli sur votre consommation domine la situation, sur fond d'idées sombres.

Il paraît donc difficile face à tout cela de s'extraire seul de cette situation. Nous ne pouvons que vous conseiller de vous faire aider dans un lieu de consultation spécialisée sur les dépendances.
N'hésitez pas à demander à l'un de vos proches de vous y accompagner si vos symptômes d'agoraphobie sont trop envahissants.

La situation s'est dégradée lentement mais sûrement et ne se résoudra pas d'elle-même, il vous faut agir ! appuyez vous sur la structure dont vous trouverez les coordonnées au bas de cette page. Courage!

Bien à vous

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

CSAPA du GRIFFON - ARIA

16 rue Dedieu
69100 VILLEURBANNE

Tél : 04 72 10 13 13
Site web : www.oppelia.fr/etablissement/aria-lyon/
Secrétariat : Lundi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h, mardi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h, mercredi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h , jeudi de 9h30 à 13h et de 17h30 à 19h, vendredi de 9h30 à 13h et de14h 16h
Accueil du public : Lundi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h, mardi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h, mercredi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h , jeudi de 9h30 à 13h et de 17h30 à 19h, vendredi de 9h30 à 13h et de14h 16h
Consultat° jeunes consommateurs : Mardi et mercredi de 14h à 18h, des rendez-vous peuvent être ponctuellement proposés en dehors de ces horaires

Voir la fiche détaillée