© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

A l'aide crise d'angoisse !

Par Profil supprimé Postée le 20/05/2011 11:53

Bonjours, Voila, je fume du cannabis depuis 11 ans de manière quotidienne. Début février 2011 j'ai attrapé un virus qui m'a foutu en l'air après un énorme malaise dans le métro. Les premier mois j'ai totalement arrête de fumer car j'étais très mal a cause de mon virus. Puis avec le temps j'ai pu enfin revivre un peu, reprendre ma vie la ou je l'avais laissée, repenser a mes projet sans pour autant les concrétisés. ET j'ai recommencé a fumer des joints en y allant doucement. Mais ce n'est comme avant.. Ma limite est plus petite. Je veux dire que je ne supporte plus autant qu'avant. Et puis un soir avec des amis j'ai fumer un peu et la, grosse crise de panique! J'ai eu vraiment peur... depuis je n'ai évidement pas fumer (cela fait 4 jours) mais d'horrible crise d'angoisse me prennent n'importante quand et le plus souvent dans le métro! Le lieu ou tout a commencé! Bref, j'ai l'impression de devenir folle! J'envisage d'arrêter le cannabis. Je vous cache pas que j'en ai pas vraiment envie mais mon corps ne le supporte plus et j'en suis consciente!
Le plus dur c'est que presque tout mon entourage fume.. J'ai également pris d'autre drogue au cours de ma vie tel que cocaïne, esctasy , MDMA et LSD mais a plus faible fréquence.
Je suis totalement perdue... Mon angoisse est présente en permanence j'arrive pas a penser a autre chose et comme j'y pense et ben les crise son plus présente. Je suis dans un cercle vicieux. J'ai peur que toute ma vie reste comme ça. Je me pose plein de questions, Je me remet en doute en permanence et ça depuis que 4 jours je ne n'ose pas imaginer comment je serais dans 3 semaines si cela continu..
-Est-ce que mon état va s'amélioré durant les prochaine semaines lorsque j'aurais éliminé la THC de mon corps?
-Le cannabis peut-il faire exister ce mal être durant toute ma vie?

merci beaucoup de réponde.

Mise en ligne le 23/05/2011

Bonjour,

Par souci de confidentialité, nous avons supprimé votre prénom de la question.

Vous décrivez des angoisses importantes suite à un usage de cannabis. En effet, le cannabis peut provoquer des crises d'angoisse et cette sensation de malaise peut durer quelques semaines. Concernant les troubles

psychiques qui affectent durablement les personnes, il est actuellement établi que le cannabis peut déclencher des troubles chez des personnes qui auraient, de toute façon, développé une maladie. Il ne peut en revanche pas être à l'origine de ces maladies.

Si cette sensation devait perdurer, s'accentuer, ou bien encore si elle vous inquiète trop, nous vous encourageons à consulter votre médecin traitant. Il peut être un interlocuteur provilégié et pourra soulager vos angoisses car il vous connaît bien.
Si cela vous semble trop difficile de lui en parler, vous pouvez également vous rendre dans l'un des centres indiqués ci-dessous. Vous y trouverez différents professionnels (médecins, psychologues, travailleurs sociaux...) qui proposent des consultations cannabis, c'est-à-dire qu'il sont formés spécifiquement sur ce sujet. L'accueil y est anonyme et gratuit.
Ces professionnels pourront vous aider à réfléchir sur cette consommation, et si vous le souhaitez,vous aideront à arrêter de consommer.
En effet, compte-tenu des effets que cela provoque sur votre santé aujourd'hui, nous nous interrogeons sur vos motivations pour continuer à consommer. Les symptômes que vous décrivez sont très désagréables, cependant, ils ne semblent pas être un moteur pour vous suffisant pour arrêter.

Vous pouvez également nous contacter par téléphone au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe de 8 h à 2 h). Quelles que soient vos décisions et quels que soient vos choix, il est important que vous ne restiez pas seule dans cet état d'angoisse.

Cordialement.

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

Association Addictions France -CSAPA de Paris (12eme) Nation

61 boulevard de Picpus
75012 PARIS

Tél : 01 53 44 01 40
Site web : www.addictions-france.org/etablissements/csapa-de-paris-12em
Accueil du public : Sur rendez-vous du lundi au jeudi de 9h-13h et de 14h-18h et vendredi de 9h-13h et de 14h-16h

Voir la fiche détaillée

Association Addictions France- Csapa de Paris 18 eme- Vauvenargues

37 rue Vauvenargues
75018 PARIS

Tél : 01 58 60 30 60

Site web : www.addictions-france.org/etablissements/csapa-de-paris-18em
Accueil du public : Consultation sur rendez-vous :du lundi au jeudi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h00 - Vendredi de 8h30 à 15h30.

Voir la fiche détaillée