

CANNABIS

Par Profil supprimé Postée le 02/09/2011 10:43

bonjour, voila je suis une jeune fille j'ai 24 ans et je fume le cannabis depuis 6 ans (entre 6 et 10 joints par jours)!! il y a 1 semaine j'ai fais un "bad trip" je pensais que c'etait une simple crise, mais pas du tout depuis tout a changer je fais d'énormes crises d'angoisse (bouffées de chaleur, sueur froide, nausées, évanouissement, étouffement) depuis cette crise je n'ai plus touché a un seul joint. Mais ma vie es devenue infernal je n'ose plus sortir de chez moi car je fais de grosses crise j'ai l'impression de m'enfoncer de plus en plus, le matin je me lève et je pleure pendant des heures, j'ai peur car mes crises ne s'estompent pas au contraire j'en ai entre 4 et 6 par jour. Je ne sais plus quoi faire. Es ce normal? Combien de temps cela peut il durer? Quand es ce que je pourrais esperer retrouver une vie normal?? s'il vous plait aidez moi

Mise en ligne le 02/09/2011

Bonjour,

Les troubles que vous décrivez sont tout à fait normaux. En effet, suite à ce bad trip, vous avez décidé d'arrêter votre consommation de cannabis. Ainsi vous avez arrêté brutalement vos consommations et étant donné que vous en consommiez de manière très régulière (entre 6 et 10 joints par jour depuis 6 ans), vous ressentez ce qui peut s'apparenter à un syndrome de manque.

Théoriquement, le cannabis n'engendre pas de dépendance physique mais de nombreux usagers témoignent, quand ils essayent d'arrêter, de symptômes qui peuvent être apparentés à une dépendance physique (suées abondantes, migraines, frissons).

L'existence d'une dépendance psychique est unanimement reconnue. Ainsi à l'arrêt des consommations, il est très courant que les personnes ayant arrêtées se sentent déprimées et soient sujettes à des crises d'angoisse ou de panique. Très souvent, le cannabis est consommé pour ses propriétés "relaxantes" et apaisantes, en ce sens qu'il permet aux gens qui en consomment de se détendre, de se relaxer ou de moins penser aux choses qui peuvent les soucier, les tracasser. Aussi, à l'arrêt des consommations, un sentiment d'incomplétude peut apparaître ou un léger état dépressif qui peut être accompagné de crises d'angoisse, de sentiment de persécution (paranoïa) ou d'autres troubles (sommeil par ex) liés à l'arrêt des consommations.

Généralement, ces troubles sont réversibles et disparaissent habituellement en quelques semaines.

Nous ne saurions que trop vous conseiller d'aller consulter un médecin par exemple en consultation cannabis (consultation anonyme et gratuite) afin de pouvoir vous soutenir et vous rassurer pendant votre sevrage. Nous vous mettons quelques adresses en bas de page. Vous pouvez également nous appeler au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe de 8h à 2h et 7j/7) afin d'échanger directement avec notre service. Nous pourrions aussi affiner ensemble la recherche d'adresse par rapport à votre arrondissement.

Cordialement

POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITÉZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES :

CSAPA LA CORDE RAIDE

6, place Rutebeuf
75012 PARIS

Tél : 01 43 42 53 00

Site web : www.udsm-asso.fr/les-structures-adultes

Secrétariat : Lundi: 9h-17h30 - Mardi: 9h-18h - Mercredi: 13h-20h - Jeudi de 9h-19h00 - Vendredi de 9h-13h.

Accueil du public : Consultation sur rendez-vous

Consultat° jeunes consommateurs : Consultations sur rendez-vous avec/sans entourage, rencontre au QJ-Quartier Jeunes (4 place du Louvre 75012 Paris): les mercredis après-midi, avec les professionnels de la Corde Raide, sans rendez-vous.

Substitution : Unité médicale pour la délivrance des traitements de substitution

COVID -19 : Accueil avec respect des gestes barrières.

Voir la fiche détaillée

CENTRE CASSINI: CENTRE DE SOINS EN ADDICTOLOGIE

**8 bis, rue Cassini
75014 PARIS**

Tél : 01 58 41 16 78

Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 17h.

Substitution : Délivrance Méthadone sur rendez-vous : lundi 9h30-13h30 et vendredi 9h30-16h00 (sauf jours fériés)

COVID -19 : Consultation sur rendez-vous avec respect des gestes barrières.

Voir la fiche détaillée