

Vos questions / nos réponses

# Cannabis

Par [Profil supprimé](#) Postée le 25/09/2011 23:18

Je consomme du cannabis depuis quelques années (herbe uniquement) , au début cette substance a plutôt été bénéfique pour moi. Aujourd'hui les effets ne sont plus si agréables certains sont même très gênants (palpitation, arythmie, résistance immunitaire affaiblie)

-Ces derniers effets sont apparus assez récemment sont-ils des signaux avant-coureurs d'une pathologie plus grave?

Je souhaite arrêter j'y suis déjà parvenu plusieurs fois sans grande difficulté pendant des vacances ou lorsque lors de déplacements mais quand je rentre dans ma ville le contexte fait que l'environnement revient et même sans chercher à racheter dans la ville où j'habite les occasions de fumer sont très nombreuses.

J'ai également repris des études assez difficiles avec beaucoup d'heures de cours or ma mémoire a pris un coup de vieux à cause du cannabis. Mais encore une fois c'est le contexte qui rend la consommation automatique.

Auriez-vous des solutions à me proposer sans que je sois obligé de déménager !

Merci et Bravo pour votre travail

---

## Mise en ligne le 30/09/2011

Bonjour,

Les effets désagréables de la consommation que vous décrivez ne sont pas systématiques mais sont néanmoins courants. Cela n'est *a priori* pas le signe annonciateur d'une pathologie grave. Toutefois, nous vous conseillons fortement de consulter un médecin peut-être votre médecin traitant afin de faire un bilan complet de votre situation de santé.

En outre, vous semblez être gêné par cette consommation et la sensation de dépendance que vous avez développée pour ce produit. Comme vous le décrivez très bien, l'arrêt du cannabis peut se faire sans difficultés dans des contextes précis. En effet, ce produit n'entraîne pas de dépendance physique. Les raisons qui vous poussent à continuer seraient donc d'ordre psychologique. Ainsi, il serait intéressant de faire le point sur ces causes et de réfléchir aux modalités d'arrêt qui vous conviendraient.

Pour cela, nous vous encourageons à vous rendre dans un centre d'addictologie où vous pourrez rencontrer de manière anonyme et gratuite des professionnels (médecin, psychologue, travailleurs sociaux...) qui vous

proposeront des pistes pour arrêter. Vous pouvez trouver des adresses de ces structures sur notre site, dans la rubrique "*Adresses utiles*".

Vous pouvez également si vous souhaitez, échanger ponctuellement sur votre situation en nous contactant par téléphone au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe de 8 h à 2 h, 7 jours sur 7).

En vous remerciant pour vos encouragements,

Cordialement.

---