

Vos questions / nos réponses

## désespoir.

Par [Profil supprimé](#) Postée le 22/01/2012 12:36

Je fume du cannabis très régulièrement. Pourquoi je ne sais pas.. Pourtant avant de fumer je me sentais parfaitement bien, j'avais d'excellentes notes à l'école, ma vie de famille se portait bien..etc. Après j'ai commencé à prendre des antidépresseurs (pour me mettre en forme, et parce que le cannabis me déprimait..), j'ai aussi pris des benzos (Tranxene, Xanax..) Et j'en étais accro. J'ai réussi à arrêter ma conso de benzos car je ne pouvais tout simplement plus m'en procurer aussi facilement qu'avant. Je suis tombé dans une profonde dépression qui m'a fait raté toute mon année de 1ere S, soit je sechais, soit j'étais defoncé, soit trop déprimée pour suivre un cours... Je broyais du noir et pensais au suicide régulièrement, mais je réussissais à cacher mon mal être à mes proches, et puis je continuais de me droguer quotidiennement variant toutes sortes de drogues. L'année scolaire s'est terminée, pas en beauté. Pendant les vacances, comme je suis partis avec mes parents, et que j'étais depaysé je ne pensais plus trop à me droguer. Je fumais quelques clopes, mais c'est tout! Je pensais enfin avoir vaincu mes démons (même si j'avais des hauts et des bas, j'étais contente de mon pseudo-sevrage). La rentrée des classes, j'arrive en Terminales S, même classe, mêmes profs. Alors la routine à repris, je fume du cannabis tous les jours, avant d'aller en cours et entre les cours. Je prend d'autre drogues, je bois en journée (mais pas très régulièrement). Je m'inquiète parce que je sens que la dépression me guete, que je ne suis pas conne et j'ai envie de poursuivre mes études, et pour cela il faut que j'obtienne mon bac, et avec tout ce que je prend pour le moment je pense que c'est mort. Comment faire pour arrêter totalement sans préjudice? Substitution? Volonté? (La volonté je l'ai mais je pense que ce n'est pas vraiment suffisant car à chaque fois je reprend.)  
Ce qui m'inquiète le plus c'est que depuis un bout de temps je rêve de prendre de l'héroïne.  
Merci de m'avoir lue

---

**Mise en ligne le 24/01/2012**

Bonjour,

Vous dites ne pas savoir pourquoi vous fumez et pourtant ce n'est certainement pas sans raison. Votre consommation de cannabis est quotidienne, installée depuis un certain temps maintenant et assortie d'autres types de consommation (benzo, alcool, "autres drogues"...).

Vous associez votre mal être et votre dépression à ces consommations mais en supposant qu'ils sont consécutifs à vos prises de substances. Il est pourtant surprenant de se sentir "parfaitement bien" et de se retrouver sous antidépresseurs et anxiolytiques.

De la même manière que vous avez à vous interroger d'avantage sur les raisons de vos habitudes de consommations, il semble important que vous poussiez votre réflexion sur l'origine et les causes de votre mal être. Vous évoquez des "démons" que vous pensiez avoir vaincus, est-ce juste une façon de parler ou y a-t-il derrière cette formule des traumatismes, des souffrances...

Nous ne comprenons pas bien ce que vous voulez dire par "arrêter totalement sans préjudice", entendez-vous par là votre ressenti de manque vis à vis du cannabis et/ou de l'alcool et/ou des "autres drogues" ou alors voulez-vous parler de ce mal être trop difficile à gérer sans produit.

Quel que soit le type de difficulté que vous éprouvez, vous avez la possibilité d'en parler et de vous faire aider. Il existe des lieux de consultations, confidentiels et gratuits, spécialisés dans l'accueil des jeunes en difficulté, où des professionnels qualifiés pourraient vous aider dans l'arrêt ou la diminution des produits si c'est ce que vous souhaitez, mais aussi vous accompagner dans la compréhension de votre situation, de votre mal être.

Il existe de nombreuses structures de ce type à Paris et il est difficile de vous orienter vers un arrondissement "au hasard". Nous vous proposons de nous joindre au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, 7j/7, de 8h à 2h), à la fois pour rediscuter de ce qui est difficile pour vous, peut-être pour préciser certains points, mais également pour que l'on puisse vous proposer si vous le souhaitez une orientation adaptée.

Bien à vous.

---