© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Drogue,scolarité,amitié et santé

Par Profil supprimé Postée le 12/02/2012 21:37

> Bonjour,
> L'été dernier j'ai eu quelques problèmes puisque j'étais à deux doigts de sortir avec une fille qui a préféré aller avec un autre et je me suis fait agresser.Etant le premier de ma classe depuis la 6e jusque à l'été dernier et me lassant de cette situation qui m'a mis à l'écart des autres et du bonheur,j'ai décidé de profiter de la vie en essayant d'avoir plus d'amis,d'etre plus cool,de casser mon image de quelqu'un de froid et taciturne et d'etre moins timide.Pour cela,dès la rentrée 9/2011,j'ai décidé de fumer deux joints de cannabis par mois et une cigarette toute les deux semaines.A partir du 1er janvier 2012 je ne fume plus de cigarettes et j'ai décidé de ne plus fumer de joints(la dernière fois que j'en ai fumé,c'était il y a 2 semaines et j'ai juste tiré une barre comme je le fais a chaque fois que je fume)et depuis tout ceci,en plus de problèmes familiaux,je suis en dépression(ma psy me l'a dit) et je n'ai plus envie de rien.Ma moyenne sur ces 2 premiers trimestres tourne autour de 11 et je suis en 1ere S.Pensez-vous que les doses de tabac et de cannabis que j'ai inhalées ont eu de gros effets sur ma santé(je ne fumerai plus car ça ne me manque pas du tout puisque je n'ai pas eu beaucoup plus d'amis et ceux que j'avais avant cette éxperience me prennent pour un toxico entre autres et j'ai pris conscience du danger que cela représente)et combien de temps faut il pour que j'ai le même profil qu'un non fumeur(substances dans le sang,concentration,pression artérielle...)?Merci d'&avance pour vos réponses.

Mise en ligne le 15/02/2012

Bonjour,

Nous comprenons votre désir d'avoir voulu faire de nouvelles expériences afin de changer, d'être différent et de casser votre image trop lisse et de premier de la classe.

Il semblerait que les événements de l’été dernier vous aient particulièrement affectés et soient le point de départ de votre mal-être.

Nous ne pouvons que vous soutenir dans votre décision d'arrêter vos consommations. Il faut faire preuve de maturité mais aussi de courage pour se différencier des autres et ne pas faire comme tout le monde.

Quant aux conséquences sur votre santé, rassurez-vous, le peu que vous ayez consommé sur un laps de temps relativement court ne vous fait pas courir de risques. Le cannabis disparait au bout de 24h dans le sang, 3 à 5 jours pour les urines concernant une consommation occasionnelle et modérée. Les bénéfices de l'arrêt du tabac interviennent presque immédiatement.

En revanche, votre expérience de consommations associée à votre mal-être et à vos problèmes familiaux ont pu vous fragiliser psychologiquement. Le fait d’être pris en charge ne peut que vous aider à surmonter cette période difficile, c’est pourquoi nous vous encourageons à poursuivre dans cette voie.

Bien cordialement