

## DÉPERSONNALISATION

---

Par Profil supprimé Postée le 06/11/2012 17:20

Bonsoir,

J'ai consommé du cannabis avec un ami après la fin mon année scolaire pendant environ 5 mois et suite à une grosse crise de panique, j'ai décidé de tout stopper du jour au lendemain.

Les premiers temps ont été très durs, je n'ai pas cessé d'aller consulter divers spécialistes à cause de mes maux et fais plusieurs allers-retours à l'hôpital, j'ai même du appeler les pompiers en pleine nuit tellement que je me sentais mal aussi physiquement que mentalement, je me sentais partir, pour de bon ...

La plupart d'entre eux m'ont dit que mon ressenti était uniquement dû au stress et que tout rentrerait dans l'ordre dans les quelques jours à venir, cependant cela fait bientôt 3 mois que je me retrouve dans un état de conscience très particulier, j'ai la sensation que mon corps et mon esprit sont dissociés, cette sensation est présente de mon lever jusque vers 18h-19h et ensuite je retrouve à peu près mes esprits ...

La situation est telle que j'ai arrêté mes études et que je n'ose plus sortir de chez moi tellement celle-ci me dépasse et me gêne dans ma vie de tous les jours.

Je ne cesse de penser à cette prise, où tout a commencé à m'échapper et cela me torture carrément, j'ai tellement peur de rester comme cela à vie, je flippe totalement de m'avoir entraîné, toute seule comme une grande, dans quelque chose d'irréversible, j'en parle souvent avec ma psy mais les résultats ne sont pas au rendez-vous, je ne sais vraiment plus quoi faire ...

Devais-je aller chez un spécialiste en toxicomanie ? Est-ce-que ce sentiment est chose courant chez les consommateurs occasionnels de cannabis ?

---

### Mise en ligne le 07/11/2012

Bonjour,

Une consommation de cannabis peut venir chez certaines personnes révéler des difficultés psychiques. Il arrive aussi que certaines difficultés psychiques puissent paraître tout à coup reliées au problème de cannabis alors qu'elles étaient là auparavant de façon ostensible ou latente.

Arriver à faire face à un problème de mal-être peut prendre du temps, demander beaucoup d'énergie, et nécessiter la plupart du temps et comme vous le faites déjà de se faire aider sur le plan psychologique. Consulter un spécialiste en toxicomanie ne serait pas adapté dans votre situation, l'essentiel étant de continuer à vous faire aider sur le plan psychologique afin d'identifier quels sont les problèmes de fond qui vous amènent à ces états de panique.

Cordialement.

---