© Drogues Info Service - 27 juillet 2025

Vos questions / nos réponses

cannabis et dépression

Par Profil supprimé Postée le 16/03/2013 01:12

> Bonjour, je fume du cannabis depuis de nombreuses années, depuis environ dix ans, je suis jeune 25 ans. J'ai fait de longue études et on peut dire que je suis motivée et acharnée de travail parfois. J'ai subit une agression il y'a quelques mois. J'ai vécu une dépression ce qui m'a contrainte à voir un psychologue. J'ai multiplié pendant une période de six mois des comportements addictifs, alcool, tabac, cigarettes, cannabis... l'arrêt du cannabis, et des coupures de quelques jours me font tombés systématiquement en dépression. Comment lutter contre ce phénomène à part la poursuite de la consommation quotidienne?

Mise en ligne le 18/03/2013

Bonjour,

La consommation régulière et/ou abusive de cannabis vient chez certaines personnes masquer ou atténuer un malaise intérieur. Le cannabis est fréquemment utilisé pour calmer des angoisses, faciliter l'endormissement, détendre...

L'agression dont vous avez été victime a pu engendrer ou renforcer certaines difficultés et le cannabis pourrait continuer à faire office de "couvercle" face à ces choses désagréables que vous éprouvez. Cela pourrait expliquer pourquoi, quand vous ne fumez pas, vous avez cette sensation de "retomber" en dépression. Néanmoins le cannabis ne soigne pas une dépression. Sa résolution nécessite une prise en charge adapté auprés d'un professionel spécialisé. Si vous ne voyez plus de psychologue il pourrait être utile de reprendre contact et de poursuivre le travail que vous aviez commencé suite à l'agression.

Vous avez également la possibilité, si vous préférez, de vous rapprocher d'un CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) où vous pourrez rencontrer différents professionnels spécialisés dans les problématiques addictives et tout ce qui peut y être associé, notamment les raisons pour lesquelles vous consommez. Vous trouverez ci-dessous les coordonnées du CSAPA de Manosque dans lequel exerce un psychologue. Les consultations y sont individuelles, confidentielles et gratuites. Ce CSAPA a la particularité de proposer un atelier de relaxation aux personnes qui le souhaitent.

Si vous souhaitez discuter plus avant de vos difficultés, si vous avez besoin d'informations complémentaires, n'hésitez pas à nous joindre au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, 7/7, de 8h à 2h).

Cordialement.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :

Association Addictions France-CSAPA de Manosque

219 rue du tribunal
04100 MANOSQUE

Tél : 04 92 74 62 91
Site web : www.addictions-france.org
Accueil du public : du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h à 16h, le jeudi de 13h à 16h
Secrétariat : du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h à 16h, le jeudi de 13h à 16h
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous aux ouvertures du CSAPA

Voir la fiche détaillée