

Vos questions / nos réponses

## Arrer et effets secondaires

Par [Profil supprimé](#) Postée le 20/09/2013 18:56

Bonjour, j'ai actuellement 22 ans et suis consommateur de cannabis depuis 16 ans. Au debut je consommais tous les jours maximum 3 joints par jour puis durant 2 3 ans entre 5 et 15 par jour. Depuis plus d'un mois et apres des dizaines de tentatives pour arreter, je peux dire que je suis dans la bonne voie malgre de nombreux moments ou des pulsions envahissantes remontent a la surface.

Je suis consciens des effets negatifs et des sequelles que malheureusement cette substance m'a procurer, le point que je souhaiterai que vous m'expliquez est : l'effet nefaste pour le cerveau et plus precisemment sur les neurones est il irreversible ? Etant donne que j'ai commence a consommer tot. Cela m'effraye enormement et j'aurai besoin que vous m'informiez.

Je vous remercie par avance

---

**Mise en ligne le 23/09/2013**

Bonjour,

Tout d'abord bravo pour votre décision de mettre un terme à votre longue consommation qui était, peut-être, devenue problématique.

Vous l'avez constaté, arrêter sa consommation quand elle a pris une telle place ne peut se faire sans difficultés, ni « pulsions remontant à la surface ». Sachez que vous pouvez obtenir aide, soutien et conseils sur la manière la mieux adaptée pour faire face à ce type de situation dans des centres spécialisés. Nous vous avons mis quelques adresses de ces lieux en fin de réponse.

Vous nous demandez quelles sont les éventuelles séquelles liées à l'usage régulier et important du cannabis.

Bien que le cannabis ait un effet direct sur la mémoire immédiate aucune étude à notre connaissance ne rapporte qu'il ait un effet mesurable et irréversible sur le cerveau ou les neurones.

Pour information nous vous avons mis deux liens vous renvoyant au *Guide d'aide et d'arrêt du cannabis* et *Le cannabis : ce qu'il faut savoir*.

Bon courage et cordialement

---

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

---

**Oppelia Charonne : CJC la Consult'- Paris 10eme**

9, rue Beaurepaire  
**75010 PARIS**

**Tél :** 06 85 76 13 88

**Site web :** [www.oppelia.fr](http://www oppelia fr)

**Permanence téléphonique :** Du lundi au vendredi de 9h00 à 18h, les mardi et jeudi jusqu'à 19h00.

**Consultat° jeunes consommateurs :** Sur rendez-vous Le mercredi de 14h à 18h - L'entourage peut être reçu avec ou sans l'usager.

[Voir la fiche détaillée](#)

**En savoir plus :**

- [Guide d'aide à l'arrêt du cannabis](#)
- [Cannabis : ce qu'il faut savoir](#)