

## Je ne tient plus et je ne comprend pas...

Par [Alcool Info Service](#) Postée le 12/02/2014 13:38

bonjours j'ai découvert se site aujourd'hui et j'espère recevoir une réponse à ma question. Donc je vous situe d'abord ma situation j'ai maintenant 18 ans et je fumes du cannabis appelé yamba dans mon pays depuis quelques temps maintenant.

Tout a commencé chez un ami qui m'en a proposé j'étais en fin 3ème l'idée me plaisait et j'aimais bien découvrir de nouvelles choses, se soire là fut le meilleur moment avec le cannabis j'étais tordu de rire impossible de m'arrêter. Ensuite arriva les grandes vacances je n'étais pas encore a fond dans le domaines donc j'ai rien touché pendant 3 mois puis a la rentrée scolaire je revu mes amis et c'est là ou j'ai réellement commencé, je fumais pratiquement tout les week end l'équivalent de 6 joints toujours dans une euphorie de dingue je me sentais bien quand je fumais aucun souci dans ma tête mise a part ma scolarité mais globalement je n'avais aucun réelle problème et l'idée d'arrêter ne me traversais même pas l'esprit.

Arriva aux grandes vacances cela faisait déjà presque 1ans que j'avais découvert les "bien fait" du cannabis et malgré mes yeux qui devenait très rouge quand je fumais rien ne laissé présager ce qui arriverais par la suite. Bref pendant mes grandes vacances contrairement aux précédentes, fumer du cannabis fut une de mes activités principales avec mes amis on fumais pratiquement tout les jours de juin a début aout nous avons fumé pratiquement chaque jours l'équivalent d'au moins 10 joints par jours pendant ces vacances avec de temps en temps 1 ou 2 jours de repos. Arriver au mois d'aout on avait décidé d'arreter car on avait plus un sous. La rentrée scolaire arriva et ce fut le même scénario que l'an dernier avec malgré tout une net augmentation des consommations le weekend, c'est dailleur cette année là que je compris que nous étions dépendant de cette drogue, durant l'année chaque weekend ou je fumait je me sentais de plus en plus bizarre, l'euphorie que je recherchais temps avait subitement disparus pour laisser place à la réflexion, je me posais plein de questions sur la vie, sur se qui m'arrivait sur ma scolarité sur se que je devenais et peu à peu je me renfermais sur moi même petit à petit des cernes commençaient a apparaitre sur mon visage quand je fumais (j'avais un peut l'air d'un cadavre), tout comme l'euphorie qui avait disparus mon envie de communiquer avec les gens disparaissait a son tour, j'étais toujours bavard avec mes amis mais plus avec les autres il y aussi ma façon de m'exprimer qui avait relativement changé. Le moi qui avait de beau discours plein de sens avait laissé place a un un mec peu intéressant qui en plus de sa avait du mal a s'exprimer (mais bizarrement ce que je suis entrain de vous dire sur mon comportement ne m'arrivais que quand je fumais de la weed ) vers la fin de l'année quand je fumais j'étais passé au dessus du stade de l'euphorie, et au dessus du stade de la réflexion j'étais arrivais à un stade ou quand je fumais je ne comprenais plus se qui m'arrivait moi qui au par avant fumer 5joints sans souci il me suffisait de fumer 1 joints pour partir en couille dans ma tête, pendant les moments de défonce je commençais a me sentir con et sa me faisait mal au fond de moi d'en arriver là. Les grandes vacances arrivèrent et ce fut des vacances moins hard que l'an passé j'avais fumé très peu ces vacances et quand la rentrée scolaire arriva encore le mm scénario jusqu'à aujourd'hui avec malgré tout quelques petit changement je fumes plus tout les weekends et je me sent déjà mieux dans ma tête le seul souci c'est quand je fumes je me mes a faire régulièrement des toutes petites

crises d'angoisses enfin je pense... et ma manière de m'exprimer est toujours lamentable et dans ma tête c'est toujours le bordel.

Je sais déjà que ce weekend je risque encore de fumer je ne vais probablement fumer que un joint mais ça sera largement suffisant pour relancer tout les démons qui m'habitent.

Quand je fumes maintenant, j'ai de sacrés cernes foncé autour des mes yeux. Je ne comprend pas comment j'ai pu avoir autant de problèmes alors que mes amis continuent à fumer + que moi et n'ont rien du tout...

J'espère que vous pourrez m'aider je me doute déjà de la réponse : il faut que tu stop, .

Mais au moins faites moi comprendre pourquoi mon corps rejette aujourd'hui cette drogue qui autrefois me faisait temps de bien :( je sais que j'ai abusé mais quand même... et puis c'est quoi les cernes qui se dessinent autour de mes yeux quand je fumes pourquoi j'ai ça alors que avant je n'avais que les yeux rouges...

---

## Mise en ligne le 13/02/2014

Bonjour,

Au début, vous utilisiez le cannabis de façon festive et sa consommation ne vous posait pas de problème. Aujourd'hui, vous ressentez des effets négatifs. Et vous pensez que vos amis ne ressentent pas les mêmes malgré une consommation plus importante.

Les effets ressentis lors d'une consommation varient selon de nombreux facteurs. Nous ne sommes pas égaux face aux produits, chacun a des ressentis différents. Et ces ressentis changent selon les moments de la vie.

Vous décrivez dans votre situation actuelle des changements au niveau social (renfermement), au niveau personnel (image négative de vous-même) et au niveau physique (cernes) et vous pensez qu'ils sont dus au cannabis. En réalité, peut-être que votre consommation de cannabis révèle des difficultés que vous traversez.

En effet, en tant que jeune adulte, vous êtes en train de vous construire au niveau social, affectif, professionnel et personnel. Cette période du développement est souvent angoissante, ce qui expliquerait votre consommation de cannabis aujourd'hui.

Arrêter de consommer peut effectivement vous faire du bien. Toutefois, il est possible que vous soyez actuellement dépendant au cannabis, et dans ce cas un tel arrêt n'est pas évident. De plus, cela ne résoudrait probablement pas les problèmes d'angoisse que vous ressentez. C'est pourquoi nous vous conseillons plutôt de vous faire aider par des professionnels.

Vous pouvez rencontrer gratuitement et de façon confidentielle des professionnels dans un Point Accueil Ecoute Jeunes (PAEJ) ou dans une Consultation Jeunes Consommateurs (CJC). Les équipes qui travaillent dans ces centres (médecins, psychologues, travailleurs sociaux) peuvent vous soutenir et vous accompagner à la fois pour arrêter votre consommation de cannabis si tel est votre souhait et pour faire face à vos angoisses.

Vous pouvez trouver des adresses de ces centres dans l'onglet « *adresses utiles* » de notre site, en spécifiant dans le menu déroulant de « *secteur* » « *prévention* ».

Vous pouvez également nous joindre au 0800 23 13 13 (Drogues Info Service, anonyme et gratuit depuis un poste fixe, tous les jours de 8h00 à 2h00 du matin) ou par Tchat sur notre site pour être soutenu, écouté ponctuellement et aidé dans votre orientation si besoin.

Bien cordialement.

---