© Drogues Info Service - 4 juillet 2025

Vos questions / nos réponses

arret du cannabis engendre t'elle un malaise ?

Par Profil supprimé Postée le 14/03/2014 20:37

Bonjour,

Voilà pour vous expliquer ma situation, j'ai 31 ans et je fumais le cannabis depuis l'âge de mes 17 ans. J'ai tout de suite été une grosse fumeuse, avec des pics d'augmention selon mes périodes de vie. pour exemple, de mes 17 à 23 ans, je fumais 3 joints par jour environ, de mes 23 à 28 ans environ 15 joints par jour. Puis de mes 28 à 31 ans 4/5 par jour. Depuis le 9 janvier 2014, j'ai arrêté du jour au lendemain.. Depuis je n'ai pas refumé, je n'en ressens pas l'envie, l'odeur me dégoute même.. Sauf que depuis 2 semaines environ j'ai l'impression que mon cerveau me lache.. C'est à dire je n'ai plus gout à grand chose, je m'ennuie, je ne suis plus motivé pour grand chose, alors qu'il ne s'est rien passé pour que je soit dans cet état d'esprit.. Je me pose la question si il y a un espèce de retour de baton de mes 14 années de fume ? Si des signes semblant ressembler à celle d'une dépression pouvait intervenir après 2 mois d'arrêt ? Les premières semaines de mon arret, la volonté étant si forte, je n'ai eu que quelques difficultés à m'endormir, et j'ai pas mal fait de cauchemards.. Mais rien de plus, je me sens moins faigué, sauf depuis ces deux dernières semaines, où j'ai comme une perte d'envie, une perte de joie de vivre.. merci par avance de votre réponse

---

Mise en ligne le 17/03/2014

Bonjour,

Il est possible que vos consommations de cannabis aient jusque là contenu certaines difficultés sur le plan psychologique qui ne font que resurgir maintenant que vous ne fumez plus. Le fait que ces symptômes dépressifs n'apparaissent que deux mois après l'arrêt de vos consommations pose toutefois question, et seul un professionnel de santé pourrait vous aider à y voir plus clair en tentant d'identifier avec vous les causes réelles de ce que vous vivez de si difficile en ce moment.

Sachez qu'il est possible de consulter gratuitement et confidentiellement un psychologue ou un médecin, par exemple, spécialisés dans le domaine de la toxicomanie. Nous vous indiquons ci-dessous les coordonnées d'un lieu proche de chez vous.

Dans l'éventualité où cette orientation ne devait pas convenir à vos attentes, n'hésitez pas à nous contacter à nouveau pour en parler. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0800.23.13.13, l'appel est anonyme et gratuit depuis un poste fixe.

Cordialement.

Autres structures :