

Vos questions / nos réponses

Consommation de cannabis

Par [Profil supprimé](#) Postée le 22/11/2014 14:53

Bonjour! J'aurais besoin de renseignement. Je fume 2/3 joins par soir en semaine pour dormir et 2/3 joins de plus le week end. Lundi soir j'ai fumé mon dernier join de cannabis car je veux arreter de fumer la semaine. Mardi soir j'ai commencé a avoir la migraine, l'envie de vomir, etre fatiguée et le besoin d'etre dans le noir sans bruit, c'est ce que j'ai fais et ça a suivi d'une crise d'angoisse, je suis partir manger et ça c'est calmé. Le mercredi et jeudi apres midi au travail j'ai commencé a avoir des tournis, une grosse fatigue et une compression dans la tête comme quand on ce releve trop vite. J'ai commencé a m'inquieter et je suis aller voir le medecin qui m'a dit que c'était le sevrage de cannabis. Elle m'a donné une ampoule de vitamine et du stresam pour calmer les crises d'angoisse et les compressions dans la tête. Vendredi (hier) tout allait bien j'ai pris mon ampoule de vitamine le matin et la journee c'est bien passé. Le soir j'ai fumé 1/2 joins et je me suis couchée. Aujourd'hui tout allait bien et juste apres manger j'ai ressenti comme de l'angoisse et encore une grosse fatigue. Je viens de prendre un stresam et ça m'a calmée. Sachant que j'ai tout expliqué au medecin mais que j'ai oublié ce petit detail! Je fume toujours le week end. Question: est ce que mes symptomes vont disparaitres en continuant comme ça? Si je continue a fumer que le week end et pas la semaine mon corps va t'il s'adapter? Est ce que prendre du stresam est bon? Dois je reprendre une ampoule de vitamine dans 3 mois car il faut y prendre tout les trois mois si necessaire? Merci.

Mise en ligne le 24/11/2014

Bonjour,

Les difficultés auxquelles vous vous confrontez semblent être en lien avec l'arrêt du cannabis, comme votre médecin vous le confirme, mais peuvent aussi l'être avec d'autres qui étaient certainement déjà présentes. En effet, il est possible que les effets du cannabis aient jusque là contenu certaines difficultés d'ordre psychologique dont vous n'aviez pas forcément conscience.

Les symptômes apparaissant à l'arrêt d'une consommation régulière de cannabis sont très variables d'une personne à l'autre, et sont avant tout en lien avec sa personnalité, son histoire, l'environnement et le contexte dans lequel on arrête, les raisons pour lesquelles on fume, etc. Il s'agit donc pour arriver à faire face à tout cela de tenter de comprendre pourquoi vous avez besoin de fumer, ce que vous recherchez à travers les effets, et ainsi vérifier si les symptômes qui apparaissent actuellement ne sont pas révélateurs d'une autre problématique, au delà de celle de la dépendance au cannabis en soit, et qui mériterait une aide adaptée.

Il est donc impossible de savoir si "votre corps va s'adapter". Prendre un anxiolytique, de manière transitoire, tel que le Strésam, peut être envisagé, tout comme continuer votre traitement à base de vitamines. Seul un médecin connaissant votre situation précise peut néanmoins juger de la pertinence de tels traitements.

Au delà de l'aide médicale que vous recevez, il peut aussi être aidant de se faire aider sur la plan psychologique. Il existe pour cela des centres de soins en addictologie où vous auriez la possibilité de rencontrer divers types de professionnels spécialisés, dont des médecins et des psychologues. L'aide y est gratuite et confidentielle et les entretiens sont individuels et réguliers. Nous vous indiquons ci-dessous une liste non exhaustive de structures que vous pouvez contacter.

Si vous avez d'autres questions ou désirez être soutenue et conseillée, vous pouvez aussi nous contacter via notre Chat (en bas à droite de la page d'accueil de notre site internet), ou par téléphone tous les jours de 8h à 2h au 0800.23.13.13).

Cordialement.

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

CSAPA du GRIFFON - ARIA

16 rue Dedieu
69100 VILLEURBANNE

Tél : 04 72 10 13 13

Site web : www.oppelia.fr/etablissement/aria-lyon/

Secrétariat : Lundi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h, mardi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h, mercredi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h, jeudi de 9h30 à 13h et de 17h30 à 19h, vendredi de 9h30 à 13h et de 14h à 16h

Accueil du public : Lundi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h, mardi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h, mercredi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h, jeudi de 9h30 à 13h et de 17h30 à 19h, vendredi de 9h30 à 13h et de 14h à 16h

Consultat° jeunes consommateurs : Mardi et mercredi de 14h à 18h, des rendez-vous peuvent être ponctuellement proposés en dehors de ces horaires

[Voir la fiche détaillée](#)

CSAPA LYADE - LYON

31, rue de l'Abondance
69003 LYON

Tél : 04 72 84 62 00

Site web : lyade.arhm.fr/index.php

Secrétariat : Lundi, mercredi, jeudi et vendredi de 10h à 12h et de 14h à 16h - le samedi de 10h à 12h et de 16h

à 18h

Accueil du public : Lundi de 9h à 12h30 et de 13h à 18h, mardi de 9h à 19h mercredi de 9h à 19h jeudi de 9h à 17h30 vendredi de 9h à 17h

Consultat° jeunes consommateurs : Lundi de 13h à 17h30 mardi de 16h à 19h mercredi de 13h à 19h jeudi de 14h à 16h vendredi de 11h30 à 12h30 et de 14h à 17h

[Voir la fiche détaillée](#)

Service Universitaire d'Addictologie de Lyon - SUAL - Centre Hospitalier Edouard Herriot

5, place d'Arsonval
SUAL HEH
69003 LYON

Tél : 04 72 11 78 52

Site web : www.chu-lyon.fr/fr/drogue-et-addictions

Secrétariat : Lundi, mercredi et jeudi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h30 - Mardi et vendredi de 9h à 12h30

Accueil du public : Lundi, mercredi et jeudi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h30 - Mardi et vendredi de 9h à 12h30

[Voir la fiche détaillée](#)