© Drogues Info Service - 4 juillet 2025

Vos questions / nos réponses

cannabis effet étrange

Par Profil supprimé Postée le 11/03/2015 16:06

voilà mon problème. vers fin décembre, j'ai commencé à remarquer que fumer ne me faisait plus le même effet, comme un genre de dissociation dans mon cerveau, puis d'angoisse un peu. cela me le faisait de plus en plus, et ça m'énervait car j'avais juste envie de pouvoir fumer tranquille sans que cela m'angoisse. juste avant le nouvel an, j'ai fumé et cela m'a provoqué une énorme crise d'angoisse (sensation d'étouffement, d'oppression, toujours ce truc de sortie de son cerveau, idées noires...). cela m'a fait très peur... j'ai donc arrêté de fumer pendant presque un mois, qui a était très dur, car je me suis renfermée complétement, plus envie de voir des gens si je fume pas, plus motivée pour rien, plus envie de rien, dans l'espoir que cette sensation parte. malheureusement, maintenant que j'ai recommencé à fumer en très petites quantités, cela continue. je fume, et le seul effet que je ressens est cette espèce de dissociation dans mon cerveau, puis une angoisse que je tente de gérer. si je fumais en plus grosse quantité, je pense que je referais une crise comme celle du nouvel an.
j'en ai parlé à ma psy qui m'a dit son diagnostic, mais je voulais savoir ce que vous en pensiez? d'où peut venir cette sensation? est-ce psychologique? est ce un réel problème de rejet du cannabis? est ce autre chose?

qu'en pensez vous?

merci de votre réponse et de votre aide

Mise en ligne le 12/03/2015

Bonjour,

Fumer du cannabis ne vous fait plus le même effet depuis quelques temps et vous a conduit à ressentir des sensations étranges, à faire des crises d’angoisse. Après quelques semaines d’arrêt, il semble que vous continuiez à vous sentir mal après avec fumé. Nous comprenons votre inquiétude et vos interrogations à ce sujet.

S’il n’y a pas de réponse unique à ce genre de situation, il semble toutefois que lorsqu’une consommation devient désagréable, n’est plus suivie des effets attendus, cela vient dire que le produit ne convient plus, qu’on ne le supporte plus comme avant. Le fait de bien supporter un produit ne garantit pas que ça sera le cas éternellement.

Votre situation personnelle, votre santé, vos préoccupations avant et pendant que vous fumez, le produit en lui-même… Toutes ces choses peuvent influencer grandement la façon dont va se passer la consommation. Lorsque ces malaises persistent et se produisent à chaque consommation, il est bien entendu préférable d'envisager d'arrêter.

Vous en avez parlé avec votre psychologue, c'est bien. Vous nous dites que vous vous renfermez sur vous-même et que vous n'avez plus envie de rien lorsque vous ne fumez pas. Le cannabis tient probablement une place importante dans votre vie, il vous « sert à quelque chose », il vous « aide »… Nous vous encourageons à parler de ça avec votre psychologue, afin de comprendre ce qui se passe et voir comment aller mieux.

Vous pouvez également vous adresser à un Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) dont vous trouverez les coordonnées ici (mettre un lien). Ces centres reçoivent toute personne qui se sent en difficulté avec un produit et proposent un accompagnement en fonction de la situation.

Pour d'autres informations, ou pour en parler de vive voix avec l'un de nos écoutants, vous pouvez nous appeler au 0800 23 13 13 (Drogues Info Service, appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, tous les jours de 8h à 2h du matin).

Cordialement.