© Drogues Info Service - 7 juillet 2025

Forums pour l'entourage

Ado addict au canabis - besoin d'aide

Par Profil supprimé Posté le 19/03/2015 à 10h26

Bonjour,

Ma fille de 16 ans m'a avoué il y a quelque semaines fumer du cannabis de temps en temps.
Elle m'a également parlé de son mal être, de l'état dépressif dans lequel elle se trouve.
J'avais remarqué qu'elle n'était pas bien depuis quelques temps, mais je ne m'imaginait pas à quel point.

Nous avons donc décidé d'un commun accord de la faire suivre par une psychologue afin de la sortir de cet état dépressif.
Nous parlons également très souvent de sa consommation de cannabis et de ses effets pervers.
Elle me dit consommer car elle est angoissée, mal et que quand elle fume elle se sent mieux.
Je tente de lui faire comprendre que cette sensation de mieux n'est qu'illusion, que sa consommation loin de soigner son mal être ne fait que l'amplifier.
J'ai également pris le parti d'essayer d'être compréhensive, de ne pas réprimer, mais je me demande si j'ai choisi la bonne voie, si je ne devrais pas fixer plus d'interdits.

La psy a demandé à mettre en place un traitement médicamenteux pour l'aider à arrêter.
N'ayant pas le droit de prescrire, elle a adressé un courrier à notre médecin traitant.
Courrier qu'elle n'a pas scellé sciemment et que j'ai lu à la demande de ma fille.

La mise en place d'anti anxyolitique me fait terriblement peur, mais j'ai une très grande confiance en mon médecin traitant qui de plus connait ma fille depuis qu'elle est toute petite.
J'ai donc décidé de m'en remettre à sa décision et d'accepter le traitement si elle aussi le préconisait.
Nous avons longuement discuté toutes les trois, elle a commencé par expliquer à ma fille les effets du cannabis sur son organisme, sans moraliser, juger ni dramatiser.
Elle lui a ensuite demandé la quantité fumée chaque jour et depuis combien de temps ça durait.
Là j'ai appris en même temps qu'elle que ma fille en est arrivé à 2/3 joints par jour et qu'elle a commencé à la rentrée de septembre (bienvenue au lycée!)
Elle a donc confirmé suite à cette discussion qu'un traitement serait approprié pour l'aider à décrocher mais a bien prévenue ma fille que ce ne serait pas suffisant. qu'il fallait également faire preuve de volonté et faire un peu le ménage dans ses fréquentations.

Ma fille est donc sous traitement depuis bientot une semaine, elle a ralenti mais n'arrive pas à totalement arrêter.
Selon ce qu'elle me dit, elle n'a réussi à ne rien consommer que 2 jours sur les six qui viennent de passer.
Hier, elle m'a lancé un grand appel au secours par texto, me demandant si je serais éventuellement d'accord pour qu'elle soit hospitalisée car elle ne se sentait pas la force d'arrêter en restant dans son environnement.
Je lui ai dit de se battre, de laisser le temps au traitement d'agir et qu'on pourrait l'envisager mais vraiment en dernier recours.

Je suis totalement perdue, je ne sais plus quoi faire. Je ne sais pas si le traitement demande plus de temps pour faire son effet, s'il est néanmoins encourageant qu'elle ait réussi à réduire pour le moment.
Est ce que je ne suis pas trop impatiente? un médicament n'est pas une baguette magique, mais pour n'avoir jamais eu affaire aux anxiolitiques je suis dans l'obscurité totale.

Je me demande aussi si ces deux professionnels sont les plus à mêmes de l'aider ou si je devrait faire appel à d'autres aides.
Quelqu'un peut-il m'éclairer?

8 réponses

Moderateur - 20/03/2015 à 17h10

Bonjour Verodu60,

Merci d'avoir laissé ce message ici. Je constate l'excellence de vos relations avec votre fille et de la manière dont vous procédez avec elle : dialogue, transparence, confiance, démarches faites d'un commun accord. Votre fille n'est pas en reste. Il lui a fallu sans doute un certain courage et beaucoup de lucidité pour pouvoir dire d'elle "je suis mal", "je fume du cannabis à cause de cela". Elle vous fait manifestement confiance et c'est un point très positif.

En peu de temps elle a donc consulté une psychologue et votre médecin de famille. Ce sont des progrès très importants et, sur le papier, c'est très bien. Si votre fille a confiance dans ces soignants il faut préserver la relation thérapeutique.

Cependant, pour être tout à fait honnête, je suis assez sceptique lorsque je lis qu'elle a une prescription d'anxiolytiques pour se sevrer du cannabis. Les anxiolytiques ne sont pas des médicaments pour le cannabis et ce sont de plus des médicaments qui recèlent un pouvoir addictogène, c'est-à-dire une capacité à rendre dépendant, qui peut être bien plus fort que celui du cannabis. Lorsqu'on sait que la consommation de drogues (légales ou illégales) à un âge précoce favorise les comportements addictogènes à l'âge adulte mais aussi que les médicaments psychotropes sont une drogue de prédilection pour les filles, on peut se poser des questions. Je ne remets cependant pas en cause cette prescription ! Je ne connais pas votre fille, je ne suis pas médecin et, de fait, sur une courte durée et pour apaiser son anxiété, un tel traitement prend tout son sens.

L'arrêt d'une drogue comporte une part d'apprentissage et requiert d'aider votre fille, par exemple, à dire non ou à accepter de s'éloigner de certaines de ses relations. Alors que d'un côté cette drogue "l'apaise", qu'elle joue aussi sans doute un rôle pour son intégration à un groupe "d'amis", de l'autre vous vous proposez peut-être de la lui enlever de manière un peu trop abrupte ou sans avoir mis encore en place l'aide qui lui permettra d'amortir les difficultés pour elle d'un tel arrêt. Ce qui est sûr, c'est que des médicaments ne sont certainement pas suffisants.

Je vous suggère, comme vous vous le demandez à la fin de votre témoignage, de proposer à votre fille de demander l'avis de spécialistes des addictions. Les Consultations Jeunes Consommateurs (CJC) me paraissent particulièrement adaptées pour commencer. Sur quelques rendez-vous, si vous en êtes d'accord, un professionnel recevra votre fille gratuitement pour faire le point sur sa consommation comme elle l'a fait devant le médecin et sur ses envies. Dans un second temps le professionnel pourra proposer, si nécessaire, de poursuivre la relation pour l'aider à arrêter, soit au sein du CJC, soit au sein d'un Centre de soins, d'accompagnement et de prévention des addictions (Csapa). Tout cela ne nécessitera pas d'hospitalisation et restera gratuit.

Vous trouverez les CJC proches de chez vous par exemple en utilisant le formulaire de recherche inclus dans l'article suivant, qui explique l'aide aux jeunes :
http://www.drogues-info-service.f...-aide-aux-jeunes-et-a-leur-entourage
Comme vous le constaterez, l'aide des CJC s'adresse aussi aux parents. Vous pouvez y avoir recours pour vous-même et y demander conseil.

En espérant que ces quelques informations vous auront aidées.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 21/03/2015 à 07h59

Bonjour.
C'est le médecin spécialiste en addictologie, et qui travaille en CSAPA qui vous répond.
Il ne s'agit pas, bien-sûr, de faire ici une consultation médicale, mais la prescription d'un traitement médicamenteux est parfois justifié.
En effet, la dépendance physique au cannabis est une réalité, et les signes de manque (irritabilité, troubles du sommeil, angoisse) peuvent se manifester à l'arrêt de consommation du cannabis.
La prescription d'anxiolytiques, pas de benzodiazpénes (qui peuvent induire une dépendance à leur tour, comme le précise le modérateur) peut alors être justifiée, sur une courte période (1 à 3 semaines), à la demande.

Bien cordialement.

Dr P.A.

Moderateur - 23/03/2015 à 11h19

Bonjour,

Merci de votre réponse. Après une validation un peu rapide j'ai anonymisé votre contribution conformément à notre charte.

Oui, la prescription de médicaments pour traiter les symptômes d'un sevrage du cannabis est possible, tout comme l'hospitalisation pour les situations où il existe un risque de décompensation psychique.

A la lecture du message de cette dame, j'ai l'impression qu'il s'agit d'autre chose cependant mais peut-être est-ce dû à la manière dont elle présente les choses uniquement et que l'intention thérapeutique de son médecin est différente.

Sa fille manifeste bien que son environnement la fait rechuter. Il semble manquer encore le soutien psychologique pour lui apprendre à gérer les sollicitations extérieures et renforcer sa motivation. La demande est là mais si on attend des médicaments qu'ils se substituent à la construction psychique nécessaire pour dire non il existe un risque pour qu'ils prennent une part importante dans sa vie.

Mais comme écrit dans le message précédent, si cette jeune fille est très anxieuse alors oui, ce traitement (dont on ignore la teneur) peut être un préalable nécessaire à toute tentative d'aide psychologique et même de sevrage du cannabis. Une autre manière sans doute, vous pourrez le confirmer ou l'infirmer, d'utiliser les anxiolytiques ?

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 23/03/2015 à 16h12

La prescription de l'anxiolytrique s'inscrit ici uniquement dans le cadre de la gestion des symptômes de sevrage cannabique, sur une courte durée.
Les études ESPAD, ESCAPAD, et HBSC montrent qu'il existe un terrain anxieux, chez les jeunes filles en particulier, et que la prise (hors prescription médicale) d'anxioloytiques est fréquente.
Un suivi psychologique est proposé dans les CJC.

Bien cordialement.

Profil supprimé - 24/03/2015 à 08h33

Bonjour ,

Tout d'abord merci d'avoir pris la peine de me répondre.

En fait le traitement médicamenteux a été mis en place pour traiter l'anxiété, les angoisses et une phobie sociale naissante, ainsi que des troubles du sommeil.
Après plus ample conversation avec la psy et avec ma fille, il ressort qu'elle consomme du cannabis essentiellement pour apaiser ces différents problèmes.

La consommation de cannabis n'est en fait que la partie immergée de l'iceberg, mais elle complique énormément le suivi psychologique.
La psy me dit ne pas pouvoir avancer dans la thérapie à cause de ça, car la puce arrive aux consultations dans un état second la plupart du temps.
Il est donc impératif de traiter l'addiction avant tout afin de pouvoir travailler sur le problème de fond.

J'ai depuis cette demande de prescription (xanax) effectivement très peur qu'elle remplace une addiction par une autre. Le monde des anxyolitiques m'est totalement étranger et me fait peur.
Mais j'espère pouvoir faire confiance en ces deux professionnels qui la suivent, se concertent, et semble être d'accords sur la voie à emprunter.

La psy est spécialisée dans le traitement des addictions et anime de nombreux ateliers en milieu hospitalier à ce sujet, j'ose donc espérer que ma fille est entre de bonnes mains.

Depuis mon dernier message, la situation a encore évoluée.
Ma fille a revu la psy vendredi dernier. celle-ci m'a appelé durant la consultation pour savoir si je serais éventuellement d'accord pour qu'elle demande un arrêt à mon médecin traitant et si nous avions la possibilité d'éloigner un peu notre fille de son cadre de vie habituel afin qu'elle se repose et respire un peu.
Elle l'a trouvée extrêmement fatiguée sur le plan physique et moral.

Mon médecin lui a fait un arret de 15 jours et ma fille est partie passer ces quelques jours un peu chez son frère et un peu chez sa soeur (tous deux issus du premier mariage de mon mari et respectivement de 9 et 11 ans ses ainés). Son frère est quelqu'un qui compte énormément pour elle, c'est son dieu. le fait de passer une semaine avec lui est donc une joie et non une contrainte. Elle est un peu moins complice avec sa soeur mais il

y a également énormément d'amour entre les deux

Je suis consciente que ces 15 jours ne vont pas régler le problème comme par magie, mais j'espère qu'ils vont être le coup de pouce nécessaire à l'arrêt.
Si elle arrive à intégrer que ses angoisses et anxiété peuvent être atténuées par autre chose que le cannabis ce sera déjà un grand pas vers la guérison.
Elle pourra enfin avancer dans sa thérapie et commencer à véritablement travailler sur le problème de fond.

C'est ce que j'espère vous entendez par "Une autre manière sans doute, vous pourrez le confirmer ou l'infirmer, d'utiliser les anxiolytiques"?

Moderateur - 24/03/2015 à 15h46

Bonjour Véro,

Oui, vous pouvez faire confiance aux deux professionnels qui prennent en charge votre fille. Je comprends beaucoup mieux la démarche maintenant et je souscris à tout ce que avez écrit. Cela correspond en effet assez à ce que j'ai écrit lorsque j'ai parlé d'une autre manière d'utiliser les anxiolytiques. La mise au vert va sans doute lui faire du bien aussi et lui donner l'énergie de se battre j'espère.

Ma seule question en suspend c'est : veut-elle, elle, arrêter le cannabis ? Est-elle au clair avec cet objectif ou essaye-t-elle de le faire parce que le médecin, le psy et vous le lui dites ? En tout cas elle veut aller mieux

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 25/03/2015 à 08h13

Bonjour,

Elle me dit vouloir arrêter et je me dit que le fait qu'elle m'ait tout raconté tend à prouver qu'elle me le vreut vraiment.
Sinon, je pense qu'elle ne m'aurait rien dit afin de continuer à fumer en toute tranquilité.
Maintenant, ce qui lui fait peur c'est l'après, la crainte de la ré-apparition de ses angoisses et le fait de devoir se séparer de qulques unes de ses relations.

J'avais contacté avant hier une de ses amies que je connait depuis qu'elle est toute petite et qui est dans le même lycée. Je lui avais demandé si elle serait d'accord pour me parler en toute franchise de l'attitude de ma fille au lycée. Je lui ai bien sur garanti que tout ce qu'elle pourrait me dire resterait strictement entre nous et que mon seul but est d'aider ma fille. En fait je lui ai dit "aide moi à l'aider"

La petite a accepté me disant que si ma fille savait ça elle lui ferait assurément la tête, mais elle m'a également dit "tant pis si elle m'en veut, il faut que je fasse ça pour elle"
Merci ma chérie.....
Je l'ai donc vu hier soir et elle m'a un peu rassurée, me disant qu'elle n'a vu ma fille qu'une fois totalement défoncée au lycée, et ce le premier jour de son traitement anxyolitique. ça lui a fait très peur.
Elle m'a dit ne pas connaitre personnellement les gens avec qui elle fume.

Par contre, elle m'a rassurée en me disant que plusieurs personnes de l'entourage proche de ma fille ne

touchent pas au cannabis et l'encouragent à arrêter.
Je connais les personnes dont elle m'a parlé et je sais qu'elle passe beaucoup de temps avec. ce qui veut donc dire que même si elle arrête tout, les amies qui comptent le plus pour elle ne chercheront pas à la faire replonger, bien au contraire et qu'elle ne se retrouvera pas isolée. excellente nouvelle!

ça me remet un peu de baume au coeur et me permet d'envisager les semaines à venir sous un bien meilleur jour.

Ma fille m'a également parlé hier au téléphone deux de ses camarades de fumette avaient elles aussi décidées de tout arrêter. Je prie pour qu'elle ne me dise pas ça pour me rassurer car cela devrait aussi tout de suite rendre les choses un peu plus faciles car elles pourront se soutenir mutuellement.

Voila ou nous en sommes aujourd'hui, affaire à suivre...
Cordialement

Profil supprimé - 02/11/2020 à 21h40

Bonsoir. Madame je vous comprends très bien
Meme situation. Depuis septembre ma fille de 16 ans est devenue coleriqie, énervée pour tout, s’aime plus , m’insulte, agressive avec moi puis elle pleure me demande de l’aider. Dépassée par tout cela je demande de l’aide autour de moi psy etc. : liste d attente. Je decouvre samedi qu elle prend des drogues. Le monde tombe. Elle , une belle fille, inventive , intelligente creative. Elle est plus elle. Elle peut plus se concentrer, me hais , m’aime plus, s ‘aime plus. Que ce que j ai fait mal erroné ?!! Pourquoi plis des controles dans les ecoles!!!!!!!?????
Des jeunes qui se detruissent. Des drogues qui se legalise !!!!! Des jeunes detruits et parents demunis sans aide. On se sent perdus. Ona besoin d’aise. C est la desesperation.