© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Forums pour l'entourage

aider mon filleul à se libérer du cannabis

Par Profil supprimé Posté le 18/01/2016 à 11h37

Mon filleul de 16 ans consomme du cannabis à haute dose (sous forme de bangs avec pipe à eau plusieurs fois par jour), il n'arrive plus à suivre une scolarité normale, les relations familiales deviennent de plus en plus conflictuelles, son mal être s'intensifie de plus en plus. Il veut s'en sortir mais sa dépendance est trop grande. Depuis 3 mois il est suivi dans un centre de jeunes consommateurs mais à raison de 2 rendez-vous par mois (le prochain seulement dans un mois...), cela ne lui est pas d'un grand secours car il n'arrive pas à diminuer sa consommation; On nous dit qu'il n'y a pas de traitement de substitution mais sa dépendance au produit est telle qu'il ne peut pas se sevrer seul. Quelqu'un confronté à ce problème aurait t' il réussi à s'en sortir, ou aider un proche à s'en sortir en milieu hospitalier, soit en consultation en addictologie, ou en hospitalisation pour un sevrage total ?(ce qu'il refuse, car il sait que cela se ferait sans traitement de substitution, et à son âge, 16 ans, ce n''est pas évident !)
Merci de vos réponses, de vos témoignages qui nous aideraient car ses parents et moi ne savons plus quoi faire pour l'aider.

3 réponses

Profil supprimé - 18/01/2016 à 16h51

Bonjour,

Je précise tout d'abord que je suis moi-même consommateur et j'ai 23 ans.

Il n'existe en effet pas de traitement de substitution. Le seul moyen, c'est l'abstinence et supporter les 3-4 jours d'angoisse. Après, il suffit d'un peu de volonté pour ne pas retomber dedans. La consommation de cannabis cache surement autre chose et je pense que s'il en parlait avec un(e) psy, il arriverait à trouver la fonction qu'a le pétard pour lui. (moi, ça m'a aidé)

En premier lieu, il faudrait qu'il balance son bang à la poubelle et qu'il arrête cette mer**, c'est le shoot qui fait du bien avec ça et, comme la clope, c'est ce qui rend si accro. S'il veut arrêter, quand il a envie de fumer, plutôt que de "couler une douille" (il comprendra), mieux vaut qu'il se roule un pétard (au moins au début). Moi j'ai commencé à fumer à 13 ans, mes premiers bangs à 15 et j'ai duré un an comme ça... et je vous assure, ça rend plus accro que de fumer un pétard et ça encrasse aussi beaucoup plus les poumons...

S'il est d'accord, il peut vous donner tout ce qu'il a, et subir les 3 ou 4 jours d'angoisse et nerfs que l'abstinence va lui créer. Pour arrêter, il faut qu'il le veuille vraiment, et pour lui, pas pour son entourage. Vous pouvez aussi lui proposer de poster sur ce forum (dans le coin des consommateurs), on se fera un plaisir de le lire, le conseiller, le modérateur répond aussi de temps en temps et écrire permet de mieux identifier le

problème et de se sentir moins seul.

Il a 16 ans et ce ne sera que plus facile pour lui d'arrêter maintenant, avant que sa vie se construise autour de ça, et que ça fasse 10 ans qu'il consomme.

Vous souhaitant bon courage pour l'accompagner, j'espère qu'il arrivera à arrêter. Ce ne sera que bénéfique pour lui.

Moderateur - 19/01/2016 à 09h53

Bonjour Soledad,

Dans la lignée de la réponse que vous a faite Shiva, une action de "réduction des risques", ou du moins de réduction des effets délétères du cannabis sur votre filleul, serait effectivement de négocier avec lui l'abandon du bang au profit des joints "traditionnels". Les effets du cannabis sont en effet démultipliés avec ce mode de consommation. Ce changement de mode de consommation ferait déjà un peu diminuer la pression sur lui. Négocié avec vous sa famille cela permettrait aussi de désamorcer les conflits issus de la lutte entre votre désir qu'il arrête et sa résistance à le faire. Vous montreriez que le souci premier est qu'il se fasse moins mal et non qu'il arrête absolument le cannabis tant que c'est une "solution" pour lui. Comme l'a très bien dit Shiva, cela serait une opportunité formidable s'il arrivait à parler avec un psy pour mieux identifier pourquoi il fume du cannabis, à quoi cela lui sert.

Il n'y a effectivement pas de traitement de substitution avec le cannabis. L'anxiété que peut produire un arrêt de cette drogue peut être prise en charge médicalement si nécessaire mais là aussi il faudra être prudent avec la prescription de médicaments qui pourraient remplacer une dépendance par une autre. Cependant les médecins des Centres de soins, d'accompagnement et de prévention des addictions (CSAPA) connaissent bien ces questions. La prise en charge par un CSAPA est l'étape suivante de la Consultation Jeunes Consommateurs s'il décide de diminuer ou d'arrêter, c'est-à-dire s'il est consentant (ce qui n'est pas le cas actuellement). Si l'évaluation de sa situation fait penser qu'il pourrait aussi "décompenser" psychiquement à l'arrêt du cannabis alors une prise ne charge avec hospitalisation dans un service spécialisé est envisageable. Il me semble cependant que pour l'instant nous sommes bien en amont de cela.

Il est tout à fait possible de se sortir du cannabis. C'est souvent plus facile qu'on ne le pense mais chez certaines personnes cela est au contraire très difficile. Difficile de savoir ce qu'il en sera pour votre filleul. Il ne faut pas dramatiser la difficulté de cet arrêt sans savoir mais il ne faut pas la banaliser non plus. En réussissant à lui faire au moins abandonner le bang vous réduirez déjà l'impact du cannabis sur lui et faciliterez sans doute la suite.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 23/01/2016 à 00h05

Je trouve qu'il faut arrêter de faire peur avec les risques d'un traitement de substitution. J'ai pris des antidépresseurs, prescrits par mon médecin traitant, pendant 3 semaines et je les ai arrêté sans aucun soucis. Il n'y a rien d'agréable à se sentir défoncée par les médicaments lorsque l'on est motivée pour arrêter le cannabis. Et comme disait mon addictologue, on se roule un joint pour le plaisir et on prend un médicament pour se soigner, la démarche est différente. Et je vous assure qu'aucun médicament ne peut rivaliser avec le plaisir très particulier que procure le cannabis. C'est comme comparé du chocolat avec du sucre en poudre ! Le médicament enlève l'envie de fumer mais il ne procure pas l'envie de rigoler qui va avec le joint. C'est

assez étrange comme sensation et ça dépanne super bien lorsque c'est prescrit pour une courte période. Je suis aux anges de ne plus avoir à les prendre et maintenant je gère très bien mes envies de fumer car c'est furtif et je sais que ça passe vite. D'un autre côté, j'ai vu un nombre incalculable de psys dans ma vie (j'ai 45 ans et 28 années de consommation derrière moi) et aucun d'eux ne m'a aidé plus que ça. Je l'ai ressenti vraiment comme une perte de temps et d'énergie. Chacun est différent. Mon jeune neveu a arrêté le cannabis et l'alcool pour pouvoir passer son permis. Et depuis, il n'a pas repris. Car je le répète chacun est différent. Bon courage !