

DEUXIÈME TENTATIVE D'ARRÊT DU CANNABIS

Par **Profil supprimé** Posté le 17/03/2016 à 15h08

Bonjour,
Voilà je me lance, aujourd'hui j'ai 23 ans et je consomme du cannabis depuis maintenant plus de 8 ans, en général je fume de 1 à 2 joints par jours mais le week-end ça peut grimper rapidement à plus de 10 joints en une journée, en plus de la prise excessive d'alcool le week-end avec les copains de "bedhave".

Aujourd'hui j'ai envie d'arrêter de fumer mais je ne suis pas à ma première tentative et en général par manque de volonté je retombe dedans en moins d'1 semaine... Mais là j'ai vraiment envie de tenir cette fois-ci car le cannabis est vraiment la cause de multiples problèmes dans ma vie (abandon de mes études, isolement, sortes de crise d'angoisse quand je suis trop entouré de personnes, fatigue excessive, perte d'intérêt pour des choses qui m'intéressaient auparavant, irritabilité, perte de mémoire, perte de confiance en soi, dépression dû à l'échec, rupture sentimentale dû au cannabis, difficulté dans l'élocution orale et dernièrement je suis sujet à des bad trips ce qui ne m'arrivait jamais d'habitude après avoir consommé...). Je sais que la plupart de ces problèmes ne sont pas tous dû au cannabis mais je pense que le THC a amplifié certains de ces comportements/symptômes.

Le problème dans tout ça c'est que je fume depuis longtemps maintenant et que tout mon centre d'amitiés est basé sur le cannabis. Maintenant quand je vais voir un ami la première chose auquel je pense c'est de me rouler un joint (pareil pour eux), j'en culpabilise tellement c'est triste. Je ne sais même plus de quoi discuter avec eux car plus rien ne m'intéresse, hors même le foot que je pratique aussi en club et qui est une de mes seules passions que j'ai.

Je déteste être seul mais je me dis que la meilleure solution pour arrêter serait peut-être d'arrêter de fréquenter les seuls amis que j'ai pour pouvoir me concentrer sur moi-même, pouvoir avancer et arrêter cette M..

Mais bon ne travaillant pas en ce moment et étant en attente d'admission à une formation cela va être encore plus dur pour moi d'arrêter et de trouver la volonté d'y parvenir. Mais voilà je me dis que c'est aujourd'hui ou jamais et après avoir lu le calvaire de bien d'autres fumeurs sur différents forums, je refuse de devoir aller seul tout le long de ma vie ou de gâcher mon futur pour du bédou.

Bon je pourrais encore bien détailler les malheurs que me fait cette drogue dites "douce" mais bon, mon cas n'est pas si différent des autres addicts de cette drogue.

La ou les personnes qui verront ce message et qui ont vécu des symptômes similaires au mien, ça serait vraiment sympa que vous partagiez vos connaissances/remèdes pour les symptômes dû au sevrage et au manque. En sachant que j'ai déjà vu plusieurs psychologues dans ma jeunesse et jamais je n'ai ressenti un quelconque apport à ces rdv.

Voilà merci pour votre lecture et bon courage pour vos démarches.

1 RÉPONSE

Profil supprimé - 31/03/2016 à 22h30

salut eddie Malou,

je me reconnais totalement dans ton message, j'ai moi-même fait plusieurs rechutes mais maintenant j'ai réussi à arrêter totalement ça était dur les premiers temps (sur les nerfs h24, très irritable, dort mal la nuit...) moi en même temps j'ai tout arrêté cannabis et cigarette de base j'aimais pas trop fumer des clopes donc c'est normal si comme moi si ça fait plusieurs années que tu fumes, j'ai du également ne plus être amis avec des "bedaveurs" donc je me suis retrouvée sans amis lol mais c'est un mal pour un bien, franchement ça a détruit ma vie lol, moi qui avait commencé de fumer juste pour m'amuser, ça m'a bousillé la santé, mes relations amoureuses je vais te passer les détails, mais en tout cas je t'encourage, moi j'ai fait cure de passiflore qui est une plante naturelle qui t'aide à t'apaiser, je prenais des tisanes bio anti stress et ça m'a aidé quand même, ya beaucoup de plantes pour t'aider dans ton arrêt du cannabis afin de ne pas trop péter un plomb lol.

si tu veux vraiment arrêter faut plus fréquenter tes amis consommateurs sinon tu vas jamais t'en sortir c'est dur mais c'est comme ça et avec le temps tu vas te redécouvrir une vie sans le cannabis, des nouveaux amis non fumeurs de cannabis, moi perso je revis depuis mon arrêt lol je te souhaite la même chose

Bon courage à toi je te souhaite le meilleur pour l'avenir.

si tu as des questions n'hésite pas
