© Drogues Info Service - 18 décembre 2025


Vos questions / nos réponses

# Cannabis

Par Profil supprimé Postée le 10/03/2017 11:20

Bonjour,
Je suis étudiant (20 ans) et je suis consommateur régulier de cannabis (depuis que j ai 18 ans) (j'utilise un vaporisateur).
Je fume généralement le soir après avoir bossé pour me détendre.
J'ai de bon resutats universitaires et une vie sociale correcte (pour un étudiant...).

Il m'arrive d'arrêter de "fumer" pendant plusieurs semaine sans problèmes (je ne ressens pas de manque).
Est-ce que ma consommation est problématique?

Un ami ayant essayé le cannabis en sort avec une très mauvaise expérience (bad trip et crise d angoisse pendant plusieurs semaines .....) et me dit que énormément de gens sont dans son cas, a savoir ayant expérimenté un bad trip (ce qui semble ne pas me concerner).

Est ce que ma consommation est pire qu'une consommation régulière d'alcool ou de tabac?

Merci!

---

**Mise en ligne le 13/03/2017**

Bonjour,

Vous vous posez la question de savoir si votre consommation régulière de cannabis " serait pire qu'une consommation régulière d'alcool ou de tabac ". Nous pouvons dire que votre consommation ne semble pas préoccupante mais qu'il faut malgré tout rester vigilant. En effet une consommation de cannabis devient problématique lorsque l'on ne peut plus s'en passer, que l'on utilise le cannabis pour calmer une souffrance, un mal être et lorsque tout comme certains de vos amis, on vit un badtrip.

L'expression anglaise « bad trip » veut dire « mauvais voyage ». Il s'agit en fait d'une mauvaise expérience liée à une consommation de drogue ou d'alcool. Elle peut survenir dès la prise du produit ou bien plusieurs heures voire plusieurs jours après. Ces crises disparaissent avec l'arrêt de la substance, au bout d'un mois au plus tard. Toutes les drogues sont susceptibles de provoquer un bad trip.

Plusieurs facteurs peuvent être mis en cause. Le bad trip survient plutôt chez les personnes qui sont fatiguées ou dans un état de fragilité psychologique (passager ou durable) : tristesse, déprime, angoisse…En effet il peut arriver parfois qu'une consommation vienne révéler voire amplifier un état de mal-être déjà existant. La composition très aléatoire du produit est également un facteur important.

Vous avez fait le choix de fumer avec un vaporisateur.C'est une bonne chose et bien moins dangeureux que de rouler des joints avec du tabac. Vous fumez le soir pour vous détendre, vous vous sentez bien dans votre vie et il semblerait que vous arriviez à vous arrêter sans ressentir le manque. Vous n'avez jamais vécu de badtrip. Tous ces facteurs montrent que vous n'entretenez pas une relation problématique avec le cannabis, et votre consommation ( sous réserve de précisions sur les quantités) est donc très probablement moins toxique qu'une consommation régulière d'alcool ou de tabac. Là aussi cependant, les quantités seraient à préciser.

Pour d'autres informations vous pouvez nous joindre au 0800 23 13 13 (Ligne de Drogues Info Service, gratuite et anonyme , tous les jours de 8h00 à 2h00 du matin). Ou par chat via notre site.

Bien à vous.

---