© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Je ne tiens plus le joint

Par Profil supprimé Postée le 13/03/2017 20:11

> Salut,
> J'ai été une fumeuse très régulière de cannabis pendant 2 ans (environ 4-5 joints par jour).
> Cependant il s'est passé qq trucs récemment : j'ai eu 2 infections urinaires, et surtout des grosses crises de panique amenant de la tachycardie (cœur qui bat tres vite), mal à respirer, peur, angoisses etc... depuis 2-3 mois, quand je fume, je ne tiens plus du tout, une barre me met dans le mal, ça me rend faible et parano.. j'angoisse et j'ai peur. Je ressens des petites sensations de "mort imminente"...
> J'aimerai savoir si c'est vraiment mental, ou s'il est possible que mon corps refuse le cannabis de manière si brutale du jour au lendemain, sachant qu'il l'a toujours très bien accepté...
> De plus, j'aimerais préciser que ce refus du joint est survenu pile au moment où j'ai acheté une nouvelle weed, a un gars que je ne connaissais pas, est-il aussi possible qu'il y ait un certain type de weed que je ne supporte pas ? Trop chargé en THC ou autre ? Mais bon tout de même, ces symptômes bizarres et effrayants ne sont jamais apparus auparavant..
>
> merci pour vos réponses!

Mise en ligne le 16/03/2017

Bonjour,

Vous fumez depuis deux ans et, depuis quelques mois, vous vous rendez compte que vous ne supportez plus le cannabis. Il peut y avoir plusieurs explications à cela.

Tout d'abord, les effets ressentis lors de la consommation d'une drogue sont toujours imprévisibles. On peut avoir l'habitude d'un produit parce qu'on le consomme depuis un certain temps et que les effets sont chaque fois sensiblement les mêmes. Mais cela ne garantit pas que la fois suivante se passera de la même façon. Suivant l'état dans lequel on est au moment où l'on fume, le produit que l'on fume, les effets peuvent être très différents, voire carrément désagréables, angoissants.

Cela nous amène à un deuxième élément de compréhension. Vous avez remarqué que tout cela avait commencé quand vous avez acheté du cannabis à quelqu'un d'autre. Il se peut effectivement que le produit soit différent, plus fort. Certains cannabis ont un taux de THC plus élevé. Quand on n'y est pas habitué, cela peut provoquer une expérience très différente de ce à quoi on était habitué.

Ce genre d'expérience s'appelle un bad trip et peut être traumatisant. On en ressort avec une angoisse importante et bien souvent, le moindre petit élément faisant penser à ce qui s'est passé suffit à provoquer une nouvelle montée d'angoisse. On consomme alors avec une certaine appréhension, qui ne fait qu'augmenter le risque de faire à nouveau un bad trip.

Enfin, il arrive aussi que, pour des raisons propres à chacun, et même après plusieurs années de consommation, on ne supporte plus le produit qu'on avait l'habitude de consommer. Le contexte a changé, le produit n'apporte plus ce qu'il a apportait au départ, on a grandi... C'est bien souvent à ce moment-là que la personne décide d'arrêter ; le produit a perdu de son intérêt, de son attrait.

Voilà plusieurs raisons qui peuvent expliquer ce que vous ressentez depuis quelques mois. Quoiqu'il en soit, étant donné les symptômes que vous présentez actuellement lorsque vous fumez, il pourrait être prudent de ne plus fumer pour l'instant. Si ces symptômes persistent, ou si l'arrêt de votre consommation vous pose problème, nous vous invitons à vous rapprocher d'une Consultation Jeunes Consommateurs. Vous pourrez dans ces lieux faire le point avec un professionnel et être accompagnée le temps que les choses aillent mieux. Vous trouverez les adresses proches de chez vous via le lien indiqué en fin de message.

Pour d'autres informations, ou tout simplement 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.

En savoir plus :

- Les Consultations Jeunes Consommateurs