© Drogues Info Service - 14 juin 2025

Vos questions / nos réponses

Le cannabis,, une vraie drogue ?

Par Profil supprimé Postée le 23/03/2017 20:00

> Bonjour/Bonsoir, j'ai maintenant 16 ans et je fume de l'herbe environ 2-3 fois par semaine. Est-ce que c'est si grave ? Je suis dans une école de commerce en Suisse et je m'en sors plutôt bien pour les cours. Si tout se passe bien je pourrai aller dans une école supérieur. Sachant que je ne fume jamais avant les cours, seulement le soir quelques heure avant de me coucher. Je fume de l'herbe depuis environ 1 ans et constamment dépuis environ 5 mois. Mon oncle fume de l'herbe tout les jours et n'a aucun soucis. Biensur je n'en arriverai pas jusque là mais je m'inquiète quand même un peu. J'espère trouver de l'aide sur ce forum et vous souhaite une bonne soirée.

Mise en ligne le 27/03/2017

Bonjour,

Vous êtes dans une consommation d'herbe de cannabis qui semble contrôlée. Vous ne faites pas état de dommages qui vous seraient arrivés. Vous avez bien raison aussi d'éviter d'en consommer avant les cours puisque le cannabis perturbe la concentration et la mémorisation.

Cependant vous avez une consommation régulière et cette consommation a, depuis que vous avez commencé, déjà augmenté en fréquence. Votre oncle, qui fume de l'herbe tous les jours, n'a peut être pas directement commencé par un joint par jour ! Vous pourriez en discuter avec lui d'ailleurs. Rien ne vous garantit que vous resterez à ce rythme de 2-3 fois par semaine. Au contraire, l'habitude aidant, votre consommation peut se banaliser et, pour obtenir les mêmes effets, vous serez peut être tentée d'augmenter les doses.

Un autre élément à prendre en compte est votre âge. De nombreuses études scientifiques montrent que plus on commence tôt à consommer une drogue plus on a des risques de développer une addiction à l'âge adulte, de perdre le contrôle vis-à-vis des drogues. Votre cerveau n'a pas encore atteint sa pleine maturité et toute consommation de drogue à votre âge a bien plus d'impact sur celui-ci qu'elle n'en aurait à l'âge adulte.

En conclusion, plutôt que d'être tentés par une évaluation aléatoire de la gravité d'une consommation, nous parlerons de situation à risque, qui peut éventuellement poser problème dans le futur. Votre jeune âge, les exigences que vont vous imposer vos études, les rencontres que vous ferez dans votre vie, les périodes peut être difficiles que vous traverserez, la tolérance que va développer votre cerveau au fil du temps... autant de facteurs susceptibles de vous entrainer dans une consommation moins maitrisée.

Par ailleurs, les risques liés à une consommation ne sont pas à évaluer uniquement au regard de votre santé. Il y a des risques vis à vis de l'illégalité du produit, vous exposant à des suites pénales en cas de controle. Il y a également des risques en rapport avec la conduite d'un véhicule, l'effet du cannabis n'étant pas compatible avec la concentration et la lucidité que demande la conduite d'un scooter par exemple.

Nous vous encourageons à parcourir les pages de notre site, qui donnent des informations précieuses sur ce produit. Nous vous joignons un lien en bas de page.

Enfin, si vous souhaitez faire le point sur votre consommation ou poser d'autres questions, n'hésitez pas à nous contacter au 0800 23 13 13 (numéro gratuit et anonyme, ouvert tous les jours de 8h à 2h), ou par tchat de 14h à minuit, sur notre site drogues info service, ce qui est peut être plus facile de l'étranger.

Cordialement.

En savoir plus :

- dico des drogues, le cannabis