

Vos questions / nos réponses

## Y a t-il des substituant contre le cannabis ?

Par [Profil supprimé](#) Postée le 12/11/2017 09:26

Y a t-il des substituant contre le cannabis ?

---

**Mise en ligne le 14/11/2017**

Bonjour,

Il n'existe pas de substitut au cannabis à proprement parler. Toutefois, si le sevrage est trop difficile et en fonction des symptômes que vous déclarez (anxiété, troubles du sommeil, dépression, irritabilité, ....), il est possible de vous prescrire une aide médicamenteuse telle que des antidépresseurs, anxiolytiques ou somnifères.

La dépendance au cannabis est principalement psychologique. Il est ainsi souvent recommandé d'effectuer un travail sur soi, basé sur une psychothérapie et/ou toutes autres activités visant à améliorer votre bien-être, la gestion de vos émotions et votre hygiène de vie (sport, activités manuelles, de loisirs, sophrologie, acupuncture, .....).

Si vous avez besoin d'aide dans votre démarche d'arrêt, sachez qu'il existe des Consultations Jeunes Consommateurs (CJC) au sein de CSAPA (Centres de soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addiction). Les professionnels y exerçant (psychologues, éducateurs, ....) pourraient vous accueillir afin de vous apporter le soutien et les conseils dont vous avez besoin. Vous trouverez ci-dessous les coordonnées des CJC proches de chez vous.

Pour toutes autres questions ou pour une écoute, n'hésitez pas à contacter nos écoutants soit par téléphone au 0800231313, tous les jours de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit soir par Chat via notre site internet [www.drogues-info-service.fr](http://www.drogues-info-service.fr), tous les jours de 14h à minuit.

Bien à vous

---

**En savoir plus :**

- [Adresses utiles du site Drogues info service](#)