

Vos questions / nos réponses

# Substitue pour arrêter le cannabis

Par [Profil supprimé](#) Postée le 21/03/2018 12:46

Bonjour je voudrais savoir si il existe un traitement pour calmer le manque de cannabis pour pouvoir arrêter ?

---

**Mise en ligne le 23/03/2018**

Bonjour,

Nous félicitons votre volonté de mettre un terme à votre consommation de cannabis et vous encourageons dans ce sens. Le cannabis, comme toute autre substance psychoactive est un produit que l'on peut arrêter seul et pour lequel il n'existe pas de substitut. Toutefois, alors que certains y parviennent sans difficultés d'autres ont parfois besoin d'une aide, d'un soutien, la volonté et le sens que chacun trouve à la démarche sont cependant le principal moteur.

Pour répondre à la question du manque de cannabis, il est important de pouvoir identifier à quel niveau se situe ce manque ; autrement dit, quelles sont vos attentes lorsque vous consommez, ce à quoi le cannabis vient répondre pour vous, ce qu'il vous apporte.

Par ailleurs Il est important de savoir qu'en fonction de l'antériorité et de la fréquence de consommation, des effets au sevrage peuvent être ressentis. Il peut être utile d'en avoir connaissance afin de les anticiper et qu'ils ne représentent pas un frein dans le parcours vers l'arrêt. Nous vous joignons un lien ci-dessous (dico des drogues, cannabis, à la rubrique dépendance).

Si vous souhaitez être aidée dans la réflexion et dans cette démarche vers l'arrêt, il est important de savoir qu'il existe des Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) qui disposent d'équipes spécialisées sur la question de l'addiction.

Il existe des CSAPA dans tous les départements. Vous trouverez les coordonnées sur notre site "Drogues info services" à la rubrique "Adresses utiles" (lien ci-dessous).

Si vous le souhaitez, vous pouvez également nous contacter de façon anonyme et gratuite 7 jours sur 7 au 0 800 23 13 13 de 8h à 2h ou par chat de 14h à minuit.

Bien cordialement

---

**En savoir plus :**

- [Fiche sur le cannabis](#)
- [Adresses utiles du site Drogues info service](#)
- [Est-il possible d'arrêter seul le cannabis](#)