

Vos questions / nos réponses

## Suis je dépendant

Par [Profil supprimé](#) Postée le 26/01/2019 02:58

Je fume 2 fois par semaine 1 demi joint avec mon pote et je voulais savoir si je suis accro parce que sa fait 1 semaine j'ai arrette de fumer et se soir j'ai des tremblement mais je sais pas si c'est a cause de ca mais je n'ai pas envie de fumez pourtant

---

**Mise en ligne le 28/01/2019**

Bonjour,

Vous vous posez des questions sur votre consommation de cannabis. Vous n'avez pas consommé depuis une semaine et vous manifestez des tremblements. Vous souhaiteriez avoir notre avis.

Les informations que vous nous apportez ne nous permettent pas de répondre en termes de « dépendance ». L'attraction pour le cannabis à votre âge est assez fréquente. On fume par curiosité, par attrait des effets du produit, pour l'image que cela peut renvoyer au groupe d'amis, parce que les copains le font, .... Pour autant, vous devez rester vigilant car une consommation dite « récréative » peut vite basculer vers une consommation plus problématique et pouvant avoir des conséquences sur votre quotidien de vie.

Si vous constatez que votre consommation augmente progressivement, qu'elle devient un besoin, qu'elle vous permet de vous détendre, de vous apaiser et que sans cela vous vous sentez mal, alors dans ce cas, oui on pourra parler de dépendance. Le fait de consommer seul peut aussi alerter.

Vous nous rapportez des tremblements suite à l'arrêt de votre consommation. A la vue de votre fréquence et quantité de produit consommé, nous ne pouvons pas faire de lien direct avec son arrêt. Les tremblements peuvent être dû à de multiples causes tels qu'un état anxieux, des carences alimentaires, une fatigue importante, ... S'ils venaient à persister dans le temps, nous vous conseillons de vous rendre chez votre médecin traitant afin d'effectuer un bilan de santé.

Vous trouverez ci-joint une fiche vous expliquant les risques liés à la consommation du cannabis.

Pour toute autre question, sachez que nos écoutants sont joignables soit par téléphone au 0800231313, tous les jours de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit, soit 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 :**

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