© Drogues Info Service - 17 juin 2025


Forums pour les consommateurs

# arret cannabis & substitution cbd ?

Par Profil supprimé Posté le 30/06/2019 à 09h54

Bonjour à tous,

Cela fait maintenant une semaine jour pour jour que j'ai arrêté de fumer des joints (après 4 ans de fumette quotidienne). Cependant, je ressens une sorte de vide parfois, des difficultés à m'endormir, beaucoup de stress et d'angoisse comme toujours (que je calmais auparavant en fumant).

J'ai entendu parler du cbd, mais ce que je lis sur internet me semble assez flou alors je tente ma chance ici pour avoir quelques avis.
Y a t il un risque "d'addiction" au cbd ?
De plus j'ai cru comprendre que cela facilitait l'endormissement mais je voulais savoir s'il y a des risques de somnolence profonde (en journée par exemple car je travail et j'ai besoin de beaucoup d'énergie et de concentration)?
Est ce vraiment efficace ou un peu effet placebo (pour l'anxiété par exemple) ?
Le cbd est il un bon moyen de substitution selon vous?
Y a t il des effets secondaires nefastes ?

Je pense consommer le cbd sous forme de e liquide pour cigarette electronique (je n'en ai pas encore j'y connais rien aux CE d'ailleurs), quelle dose faut il pour que cela soit efficace ?
Je ne veux pas le consommer sous forme de "beuh" et rouler, car je veux perdre cette habitude de rouler justement.

Vos témoignages, expériences et avis sur le cbd sont les bienvenus !
Merci d'avance,