

Vos questions / nos réponses

## Arrêt du cannabis, plus d'appétit

Par [Profil supprimé](#) Postée le 18/08/2019 11:53

Bonjour, j'ai 17 ans, j'ai fumé pour la première fois il y a presque 3 ans, et je me suis mis à fumer régulièrement il y a près d'un an et demie. Voilà une semaine que j'ai arrêté de manière progressive, je rentre en médecine demain et je ne pouvais pas me permettre de ne pas être au maximum de mon attention pendant toute l'année. J'ai énormément fumé pendant tout l'été ( une moyenne de 12 joints partagés par jour ) et maintenant que j'ai arrêté je me rend compte que j'ai du mal à manger sans avoir fumé. Le matin j'ai la nausée au bout de quelques bouchées de quoi que ce soit, et il faut attendre au moins 5h après mon réveil pour que je puisse engloutir un repas normal. Un autre de mes amis a le même problème en bien plus grave. Je n'ose pas en parler à mes parents car j'ai trop honte, ils savaient que je fumais mais ils n'ont aucune idée de la fréquence et de la quantité.

Est ce que quelqu'un aurait un conseil voire une solution pour palier à cela ?

Merci d'avance

---

**Mise en ligne le 22/08/2019**

Bonjour,

Les nausées ainsi que la perte d'appétit (pouvant d'ailleurs conduire à une perte de poids) font partie des symptômes fréquemment rencontrés à l'arrêt de consommations régulières de cannabis. Ces manifestations et leur intensité sont très variables d'une personne à l'autre mais il semblerait que plus la personne avait un usage régulier, plus ces troubles pourraient être difficile à vivre.

Ces symptômes, s'ils ne sont que strictement liés à l'arrêt des consommations, peuvent perdurer entre une et quatre semaines. Au-delà de ce délai, si les troubles persistent, il peut être recommandé de consulter pour un bilan médical permettant de rechercher d'autres causalités.

Si les désagréments que vous éprouvez actuellement ne vont pas en diminuant dans les jours qui viennent, s'ils sont invalidants et vous mettent à mal physiquement comme psychiquement, nous ne pouvons que vous conseiller de consulter. Votre médecin traitant, si vous en avez un, ou un professionnel en CJC (Consultation Jeunes Consommateurs) sera en mesure de vous accompagner et de vous conseiller dans cette période de transition.

Il serait regrettable que ces difficultés mettent en péril votre démarche d'arrêt ou compliquent votre rentrée universitaire. Si nécessaire et si vous décidez de vous orienter vers une CJC, sachez que les consultations y sont individuelles, confidentielles et gratuites, sans besoin d'un courrier du médecin traitant et sans besoin d'une autorisation parentale. Toutes les coordonnées sont consultables sur notre site via la rubrique "Adresses utiles" dont nous vous joignons le lien ci-dessous.

Dans le cas où vous auriez besoin de revenir vers nous, n'hésitez pas bien sûr. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ainsi que par Chat de 14h à minuit.

Avec tous nos encouragements dans la poursuite de votre démarche.

Cordialement.

---

**En savoir plus :**

- ["Adresses utiles"](#)