© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Cherche a comprendre

Par Profil supprimé Postée le 03/11/2019 14:56

> Bonjour, je suis un homme de 21 ans qui fume en grosse quantité depui l'âge de 15 ans les cigarette plus les joint herbes,resine. Puis soudainement j'ai voulu arrêter sans ménagement sans etape tout d'un seul.coup et j'ai reussi depui 4 jour et depui ces 4 jour j'ai des senssation etrange au niveau du torse et de l'estomac. Alors je voulais savoir si ces courant ou non, si ya matière a s'inquiéter ?

Mise en ligne le 07/11/2019

Bonjour,

Bien que comprenant votre questionnement, sans plus d'explication sur ce que vous voulez dire par « sensations étranges », il nous sera difficile de vous dire si ces sensations sont en lien avec l'arrêt soudain de vos consommations.

Parmi les manifestations les plus courantes à l'arrêt, nombre de consommateurs réguliers se plaignent de fatigue, de troubles du sommeil et/ou de l'appétit, d'irritabilité, d'agitation, d'un sentiment diffus de mal-être ou de stress. Selon les personnes, le mal-être ou l'angoisse va se traduire de diverses manières : sensation intérieure d'oppression, maux de ventres, tachycardie…

Il n'est pas impossible que ce que vous éprouvez soit de cet ordre et donc à relier à l'arrêt des consommations. Si tel est le cas, ces symptômes vont se dissiper au fil des jours. Si cela dure ou que cela vous met trop en difficulté, nous ne pouvons que vous encourager à consulter, votre médecin traitant si vous en avez un ou un professionnel plus spécialisé en centre d'addictologie.

Si besoin, il existe à Port Saint Louis du Rhône une antenne de CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) où vous pourriez être reçu de manière individuelle, confidentielle et gratuite pour faire le point sur vos difficultés et, si vous le souhaitez, être accompagné dans votre arrêt. Vous en trouverez les coordonnées ci-dessous.

Nous restons disponibles dans le cas où vous vouliez revenir vers nous avec plus de détails sur ce qui vous met à mal. 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.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :

Consultation avancée du CSAPA Addictions France de Martigues

117 avenue Gabriel Péri
Centre Médical Mutualiste
13230 PORT SAINT LOUIS DU RHONE

Tél : 04 42 07 28 23
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 16h
Accueil du public : Le mercredi de 9h45 à 15h45 (en alternance par une conseillère en économie sociale et familiale et par une Infirmière)

Voir la fiche détaillée