© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Sevrage forcé covid

Par Profil supprimé Postée le 08/04/2020 11:50

> Bonjour, fumeur quotidien de cannabis depuis 27 ans, je vis difficilement ce sevrage forcé:difficultés à dormir, sueurs, difficultés à faire quoi que ce soit, manque d'appétit, déprime... Avez vous un conseil à me donner pour essayer de passer cette période avec plus de facilité ? Merci d'avance de votre réponse

---

Mise en ligne le 08/04/2020

Bonjour,

Vous nous décrivez des symptômes qui font penser à un syndrome de sevrage. C'est un ensemble de symptômes qui se produisent chez nombre de consommateurs réguliers de cannabis lors d'un arrêt brutal.

Les manifestations les plus courantes sont bien celles que vous nous décrivez, des troubles du sommeil, de l'appétit et de l'humeur.

Nous vous joignons en fin de réponse un lien vers notre fiche produit cannabis, le syndrome de sevrage y est bien explicité au chapitre "dépendance".

Selon les individus, le syndrome de sevrage peut s'étendre en moyenne de une à quatre semaines avant que l'organisme ne se "rééquilibre".

S'il n'existe pas de traitement de substitution à proprement parler, il est peut-être envisageable selon le rapport que vous avez avec votre médecin traitant, de lui demander un traitement ponctuel pouvant vous soulager. Actuellement, beaucoup de médecins généralistes sont disponibles. Ils seront être à l'écoute de vos difficultés au regard des symptômes que vous ressentez. Il est préférable de consulter car cela pourra sans doute aussi vous rassurer de pouvoir en parler.

Le syndrome de sevrage lié à l'arrêt du cannabis est une problématique bien connue et accompagnée plus spécifiquement par les professionnels du domaine de l'addictologie.

Les structures nommées Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) peuvent proposer ce type d'accompagnement par le biais d'entretiens se déroulant dans un cadre confidentiel et gratuit. L'équipe est généralement composée de médecin addictologue, psychologue, infirmier.

Ils sont toutefois en fonctionnement restreint durant cette période de confinement mais nous vous invitons néanmoins à les contacter par téléphone pour connaitre leurs possibilités de rendez-vous.

Vous trouverez également en fin de réponse un lien pour faire une recherche de CSAPA dans votre secteur géographique ainsi qu'un article dans lequel vous trouverez un complémént d'informations et quelques conseils.

Dans l'attente d'un rendez-vous possible, que ce soit auprès d'un généraliste ou en CSAPA, nous vous encourageons à contacter un de nos écoutants pour faire un premier point.

Nous sommes accessibles tous les jours, par téléphone au 0800 23 13 13 (anonyme et gratuit) de 8H à 2H du matin ou par le Chat de notre site Drogues Info Service de 8H à 00H.

Avec tout notre soutien,

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Fiche sur le cannabis
- Adresses utiles du site Drogues info service

Autres liens :

- Est-il possible d'arrêter seul le cannabis ?