© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

Sevrage cannabis dur au bout de 8 jours

Par Profil supprimé Posté le 14/06/2020 à 17h53

Bonjour,
Fumeur de joints depuis 10 ans et depuis 7 ans de manière quotidienne (environ 5/6 g de shit ou 10g de beuh par semaine) j'ai décidé d'arrêter le cannabis il y a 8 jours.
Les premiers jours de sevrages ont été plutôt facile grâce à ma motivation et au CBD , pas de problème de manque, pas de problèmes pour dormir le soir (je profite aussi du fait d'être au chomage technique pour m'endormir quand je suis vraiment fatigué pour pas tourner dans le lit et avoir envie de refumer du thc)
Par contre depuis le 6ieme jour j'ai des épisodes dépressif, crises d'angoisses, perte d'appétit (pour contrer ca je me prepare que des plats que j'adore) encore à ce niveau la ca va je sais que c'est à cause du sevrage.
Par contre à coté j'ai des mal de crâne hyper intenses, la tête qui tourne, des grosses nausées, j'ai l'impression d'être en grosse gueule de bois permanente. Je suis sous Vogalib pour pas vomir. Je peux rien faire d'autres que trainer sur internet et regarder des séries, le reste j'y arrive pas. Depuis ces symptômes je dors beaucoup aussi, plus que quand je fumais du thc.

J'ai aussi un autre problème, rien que le fait de fumer une simple clope ou un petit joint de CBD aggravent ces symptômes de mal de tête/nausées. Je voulais savoir si c'était normal ou si mon cerveau n'a pas un problème a ce niveau là. Je peux même pas profiter du plaisir d'une clope ou d'un joint CBD c'est encore moins motivant..

Je voulais aussi avoir des conseils/astuces de gens anciennement dépendant pour tenir et contrer ces symptomes, car ils me commencent vraiment à me donner envie de refumer du thc, pas pour être defoncer mais pour plus avoir ces symptômes..J'ai peur de craquer durant la semaine qui suit. Je sais qui faut faire d'autres activités pour ne pas y penser mais j'ai le cerveau tellement en vrac que c'est impossible pour moi actuellement..

Merci pour avoir pris le temps de me lire et pour vos futurs conseils..

1 réponse

Amnesia67 - 01/07/2023 à 16h23

Bonjour, je pense que tu devrais plus toucher à la cigarette car déjà plus nocif pour la santé que le cannabis donc ça n’a aucun sens de fumer la clope comme alternative pour arrêter le cannabis et essaie de consommer le CBD sous une autre forme que le joint genre huile de CBD ou vapoter les fleurs de CBD !
Bonne chance pour la suite