© Drogues Info Service - 5 juillet 2025

Vos questions / nos réponses

Est-ce possible ?

Par Profil supprimé Postée le 24/02/2021 07:43

> Bonjour, étant un fumeur de cannabis régulier (10 joint par jours) Nous nous sommes mis un défi avec ma copine de prendre désormais un rythme de 1 joint tous les 2 jours au soir avant de se couché afin que l'on prenne un rythme et qu'on habitue notre corps à avoir une dose seulement au bout de 2 jours au soir afin que ce sois plus facile d'arrêter ce fameux joint par la suite, la journée on compense entre guillemets le manque par la cigarette.. Au-delà des petits symptômes (mains moites, suées, envie de craqué) nous ne craqueront pas. Ma question es est-ce possible d'habitués notre corps à ce rythme et ensuite arrêté plus facilement ce fameux joint tous les 2 soirs sachant qu'en faisant ceci nous avons que (mains moites,suées, envies de fumer) donc en sois pas dérangeant du tout. Merci de votre réponse PS : si je souhaite arrêté c'est du au problème de santé, et aussi parce que j'en ai marre de ne pas pouvoir me faire plaisir etc.. Ma copine arrête juste pour m'encouragé mais aussi pour que l'on puisse enfin se faire plaisir.

Mise en ligne le 25/02/2021

Bonjour,

La diminution progressive d'une consommation de cannabis permet efficacement de rendre les effets de manque plus supportables et la transition vers l'arrêt définitif plus douce.

Lorsque vous arrêterez le dernier joint restant, il se peut que vous ressentiez légèrement plus d'effets de manque que ce que vous ressentez déjà actuellement, mais beaucoup moins que si vous aviez arrêté brutalement.

Bon courage à vous deux !