© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

J'ai besoin d'aide

Par Profil supprimé Posté le 17/04/2021 à 11h07

Bonjour
J'aimerai arrêter de fumer des joints des clopes que je fume quotidiennement ça fait maintenant 15 ans
J'aimerai tellement arrêter mais j'ai peur de craquer et de me dégoûter
J'ai peur de pas y arriver je me sens piéger, incapable

1 réponse

Profil supprimé - 19/04/2021 à 06h24

Hello
C’est déjà une bonne prise de conscience c’est pas évident !
Cela fait maintenant 12 jours que j’ai arrêter grâce à l’hypnose j’ai fais 2 séances une le 8 et une le 15
J’ai ressenti les premières 24h un manque mais sinon rien d’autre pas d’envie pas de stresse rien comme si j’avais jamais fumé !!!
Je respire mieux je mange mieux mon visage c’est éclaircit j’oublie moins
J’ai fumé 13 ans du cannabis 10/15 max par jours donc si j’ai à
Réussi y’a pas de raison!!!

Faut que lhypnotherapeute travail sur le après arrêt pour que ton sevrage soit facile
Courage y’a des solutions tant que t’es motivé à arrêter !