© Drogues Info Service - 13 septembre 2025

Forums pour les consommateurs

Arrêt cannabis

Par Meydey Posté le 06/03/2023 à 12h34

Bonjour à tous,
J’ai 40 ans, j’ai commencé à fumer quotidiennement à l’âge de 18 ans, j’étais ce qu’on appelle un poly toxicomane, il me fallait mélanger 2 à 3 substances pour être normal cela a durée des années jusqu’à mes 28 ans ou la j’ai tout arrêté sauf le cannabis je fumais entre 10 et 20 joints par jour puis ensuite j’ai fais un accident du coup j’ai commencé les anti douleurs pendant quelques années ensuite j’ai tout arrêter à mes 32 ans ! Je suis rester clean pendant 4 ans ! Sans rien toucher sauf là cigarette !
J’ai eu quelques céphalées chroniques il y’a 5 ans mais vu mon passif ! Des qu’un médecin me prescrit un médicament je deviens accro et j’augmente les doses ! J’ai donc décider de remplacer les médicaments par le cannabis car moins nocif à mon goût et ça me soulage !
Mais voilà mes céphalées s’installe chaque année vers septembre / octobre pour disparaître vers mars / avril
Du coup depuis quelques année je fume d’octobre à avril puis quand je sent que je n’ai plus de céphalées j’arrête de fumer directement sec !
Là je me dois d’arrêter encore une fois et j’appréhende à chaque année ce moment qui dure en général 1 à 3 semaines !
Ce qui m’aide beaucoup c’est le jeûne à l’approche du mois de ramadan j’envisage de re arrêter pour la enieme fois
J’ai senti le besoin de vous écrire car cette années j’ai beaucoup fumé et j’appréhende le moment venu je compte te arrêter d’un coup dans 3 semaines
Voilà bon courage à tous

1 réponse

Zizou45 - 16/04/2023 à 15h40

Selam
Tu ne devrais pas faire des sevrages tout le temps car tu te fais du mal je pense, il faut ne plus toucher au cannabis une fois que tu arrête, pour ma part je pense que j'ai fini mon sevrage cannabique, mais j'ai encore un léger état anxieux et dépressif accompagné de cauchemars et la arrive la fin du jeûne et je resent des grosses fatigue, j'avais arrêté la cigarette pendant 15 jours la dernière fois il y a de ça 10 jours et la première fois j'ai arrêté 5 jours avant le mois de ramadan, je fume actuellement 5 cigarette alors que j'étais à 1 cigarette, je n'ai vraiment plus envie d'être un consommateur de cannabis même si je suis curieux de voir si mon état s'améliorera mais j'ai trop peur car je pense il pourra s'améliorer si je suis un consommateur chronique, le 30 avril sa fera 3 mois sans cannabis, j'ai consommé pendant 30 ans non stop entre 12 et 15 joints par jours, j'estime avoir de la chance d'être sorti de cette galère, alors je te conseil de ne plus fumer cette merde car le cannabis détruit ton cerveau petit à petit, prend soin de toi et des gens que tu aimes c'est le plus important dans cette vie