

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 duré des années jusqu'à mes 28 ans ou là j'ai tout arrêté sauf le cannabis je fumais entre 10 et 20 joints par jour puis ensuite j'ai fait un accident du coup j'ai commencé les anti douleurs pendant quelques années ensuite j'ai tout arrêté à mes 32 ans ! Je suis resté clean pendant 4 ans ! Sans rien toucher sauf la 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 décidé de remplacer les médicaments par le cannabis car moins nocif à mon goût et ça me soulage !

Mais voilà mes céphalées s'installent chaque année vers septembre / octobre pour disparaître vers mars / avril Du coup depuis quelques années je fume d'octobre à avril puis quand je sens 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 le réarrêter pour la première fois

J'ai senti le besoin de vous écrire car cette année j'ai beaucoup fumé et j'appréhende le moment venu je compte le réarrêter d'un coup dans 3 semaines

Voilà bon courage à tous

## 1 réponse

---

Zizou45 - 16/04/2023 à 15h40

Salam

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 là arrive la fin du jeûne et je ressens de la grosse 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 cigarettes 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 ça fera 3 mois sans cannabis, j'ai consommé pendant 30 ans non stop entre 12 et 15 joints par jour, j'estime avoir de la chance d'être sorti de cette galère, alors je te conseille 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

