

Vos questions / nos réponses

## Sevrage weed

Par [Graciehart](#) Postée le 11/08/2023 07:43

Bonjour, J' ai fumé pendant 10 ans du cannabis, puis arrêté... J' avais stoppé il y a 9 mois cigarettes et cannabis et repris les deux il y 3 mois, suite à des attaques de paniques après avoir fumé, j ai décidé de stopper à nouveau le cannabis ( sauf la cigarettes pour le moment... mais je compte stopper à nouveau ) Cela fait 14 jours que j' ai arrêté le cannabis et depuis je fais des épisodes de tachycardie ( attaque de panique ) à n importe quel moment de la journée ( au lever à peine réveillée... ) avec déjà 2 passages aux urgences ( tout va bien niveau bilan cardiaque) j ai même honte de prendre la place de quelqu'un qui a vraiment besoin d une urgence.... Est ce normal ces crises répétitives et inopinées ? Ça me fait super peur , l impression que mon cœur va s arrêter et oppression.... Est ce que cela va durer longtemps ? Tant de questions .... merci pour votre réponse Gracie

---

**Mise en ligne le 11/08/2023**

Bonjour,

Nous comprenons votre inquiétude. Si après vérifications auprès de médecins, vous n'avez en effet pas de troubles cardiaques, il se pourrait qu'il s'agisse uniquement d'angoisse et d'attaque de panique qui ont pu être activées ou favorisées par vos consommations de cannabis et leur arrêt.

Cela peut être le signe d'une sensibilité aux produits psychoactifs tels que l'alcool et les drogues.

Nous ne savons pas combien de temps cela peut durer. Nous vous conseillons d'éviter les situations de stress, les psychotropes et les stimulants. Nous vous conseillons aussi de consulter un psychologue ou psychiatre concernant ces attaques de panique afin de pouvoir les traiter et d'éviter que cela ne s'aggrave ou ne s'installe durablement.

Il est possible de trouver des consultations gratuites et individuelles de médecins, psychologues et travailleurs sociaux dans un centre de soin en addictologie (CSAPA).

Nous vous proposons une adresse d'un centre de soins en addictologie à Alès.

Vous pouvez également, si vous le souhaitez, faire un point plus précis avec un de nos écoutants ou trouver auprès de notre un soutien ponctuel.

Nous sommes joignables de 8h à 2h, 7j/7j au 0800 23 13 13. L'appel est anonyme et gratuit. Nous répondons également par tchat de 14h à minuit en semaine et de 14h à 20h le week-end et les jours fériés.

Bien cordialement

---

**Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suiv**

---

### **[CSAPA LOGOS - antenne d'Alès](#)**

36 rue du Faubourg de Rochebelle  
**30100 ALES**

**Tél :** 04 66 91 08 75

**Site web :** [www.centre-logos.com/le-csapa.html](http://www.centre-logos.com/le-csapa.html)

**Secrétariat :** Lundi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30 mardi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h et mercredi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30 Jeudi de 14h à 17h, vendredi de 9h à 12h30

**Consultat° jeunes consommateurs :** De préférence le mercredi après-midi, une semaine sur deux, semaine paire, sur rendez-vous à la maison des familles 5 rue Jules Cazot à Alès

[Voir la fiche détaillée](#)