© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

SHC

Par Gael2 Postée le 27/09/2023 18:05

> Bonjour, Je suis allé au urgence il y’a 5 jours car j’étais très mal, nausée maux de ventre. J’étais déshydraté il m’on mis sous perfusion. Il m’on dit que j’avais une SHC du à ma Conso de cannabis. Je suis rentré à la maison mais depuis je suis toujours malade, je n’en peut plus j’ai mal je vomi je ne dort pas… c’est ultra dur parfois je craque même . Est ce normal que ça dure aussi longtemps? Qu’est ce que je peux faire … j’en peux plus c’est très dur Merci pour votre aide

---

Mise en ligne le 28/09/2023

Bonjour,

Vous nous confiez être confronté au syndrome d'hyperémèse cannabinoïde, et en souffrir depuis plusieurs jours. Nous comprenons votre détresse, vous avez bien fait de vous rapprocher de notre service.

Le SHC est très violent et peut occasionner un inconfort pendant une semaine. La prise de douches ou de bains chauds peut apaiser momentanément les symptômes.

Nous ne savons pas si vous avez continué à consommer du cannabis depuis votre retour des urgences, mais la seule façon de faire disparaître le SHC est d'arrêter définitivement sa consommation de cannabis (sinon, les crises risquent de se reproduire de manière cyclique).

Malheureusement, l'arrêt du cannabis peut lui-aussi provoquer des symptômes de sevrage inconfortables, dont certains sont similaires au SHC, notamment les troubles digestifs (nausées, vomissements, perte d'appétit...).

Pour traverser au mieux cette période difficile, nous vous encourageons à vous ménager et à faire des activités qui vous réconfortent. Il est possible d'apaiser un peu les troubles digestifs et les nausées, en mangeant des biscuits secs et salés (chips, crackers) ou en consommant du gingembre (en infusion, en bonbon, en boissons pétillantes...). Essayez de vous hydrater régulièrement, par petites gorgées, ou en buvant des boissons qui favorisent une meilleure hydratation.

Vous pouvez aussi être accompagné par des professionnel-le-s de l'addictologie. Il existe des Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA), où une équipe reçoit gratuitement et sans jugement toute personne en demande. Le CSAPA de Brest dispose d'un dispositif d'accueil spécifique pour les jeunes, il s'agit d'une Consultation Jeunes Consommateurs (CJC). Vous retrouverez le lien vers les coordonnées de cette structure en fin de réponse.

Si les troubles persistent au-delà d'une semaine, n'hésitez pas à vous rapprocher de votre médecin généraliste. En cas de besoin, recontactez notre équipe par le biais de ces questions/réponses, ou par notre service d'écoute qui est ouvert tous les jours sans exception: par téléphone entre 8h et 2h (au 0 800 23 13 13, appel anonyme et gratuit), ou par tchat entre 14h et minuit.

Nous vous envoyons tous nos encouragements.

L'équipe de Drogues Info Service.

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

---

En savoir plus :

- Arrêter le cannabis