© Drogues Info Service - 15 juin 2025


Témoignages de consommateurs

# Sevrage Cannabis + Tabac - Femme avec TDAH

Par Melissaille Posté le 6/11/2023 à 10:53

Bonjour, j'entame mon 14ème jour de sevrage au cannabis et au tabac, j'utilise des patchs de substitution nicotine pour me soutenir dans cette phase. Pour info, je suis une femme de 31 ans. et J'ai repris une consommation régulière de cannabis depuis la période d'isolement covid 19. J'ai également un TDAH.
Mais voilà depuis l'arrêt je me sens fatiguée, j'ai beau me reposer je me sens tout le temps fatiguée, j'ai envie de rien, la moindre chose m'irrite et m'agace, je peux me mettre vite en colère, les gens m'énervent en général et plus les jours passent plus j'ai la sensation que ces symptômes s'empirent.
Typiquement ce matin, j'ai très mal dormi j'avais chaud et parfois dans la journée je peux ressentir des bouffées de chaleur, je me lève avec un la tête dans les choux (une sensation de casque ou d'hallo autour de ma tête, comme si j'étais pas bien réveillé, un café n'y fait même rien du tout et meme la Ritaline ne m'aide pas à me motiver plus que ça) j'ai vraiment la flemme de tout comme ci tout me faisait litéralement chier, j'ai gout de pas grand chose et je suis fatiguée en continue, sincèrement ça me frustre car je suis en pleine période de transition et j'ai besoin d'avancer sur mon projet professionnel, et j'y arrive pas car tout m'emmerde. C'est comme ci les symptômes du TDAH étaient amplifiés et j'arrive pas à gérer ça. J'ai perdu l'appétit, j'ai mal aux ventre, enfin j'ai des ballonements, je suis dérangée et tendance à la diarrhée. Ensuite hier sir j'ai stressée car j'avais mal au dessus de mon sein gauche et quand je respirais aussi, depuis qq jours je crache chaque matin ça me dégoute sincèrement et j'ai la gorge de plus en plus irritée, j'ai l'impression d'avoir limite un trou dans la trachée jusqu'aux poumons quand je respire... et ce matin j'avais mal de l'autre côté de ma poitrine, mal aux oreilles aussi, j'ai l'impresion que les symptômes sont de pire en pire avec le temps. Et plus c'est pire et plus je me sens énervée, agacée, tellement, que j'ai envie de tout péter parfois, ma colère est difficilement gérable actuellement par rapport à d'habitude où je me sens un peu plus contrôlé alors là le moindre truc qui dépasse je saute dessus, comme prête à attaquer et à sortir la bête à l'intérieur de moi. Ca me rend sincèrement pas fière tout ça et surtout j'ai un schéma de culpabilité qui vient s'installer car je n'arrive à me motiver pour rien, et ça vraiment ça me soule car j'ai besoin d'avancer, de me concentrer etc mais comment faire quand on a cette sensation d'avoir un truc autour de la tête ??