

Témoignages de consommateurs

# 100gr haschich par mois

Par [100grParMois](#) Posté le 22/11/2023 à 10:24

Bonjour le meilleur conseil que je pourrais donner au fumeur de cannabis c'est d'arrêter net sans bavure.

Ils faut tout éliminer ne pas remplacer le cannabis par le cbd pour moi la rechute pourrais revenir de là (effet joints).

En connaissance de cause plus de 20 gros joints par jours soit 100gr par mois.

Moi je suis mon 5ème jour d arrêt, mon mental est intact.

Aucun médicament ni médecin ni cbd.

Pour vouloir arrêter il faut déjà que soit même est envie d'arrêter.

Certains ou certaines personnes conseil le cbd, moi je vous conseille de rien prendre sinon le sevrage vous ferait défaut (vous serait pas si le sevrage est terminé ou pas) 5eme jours je vais beaucoup mieux juste diarrhée qui n'ai pas insupportable.

Le sport aide beaucoup, pour trouver le bon moment d'arrêter il faudra soit ne pas travailler ou être en vacances.

Les 3 premiers jours c'est vrai que je trouvais pas le sommeil mais si c'était que ça.

En journée je faisais petite sieste qui m'aidait, et le soir je m'occupe à regarder films passer le temps à des jeux ( vers 5h au matin la fatigue vient) j'allais à ce moment là au lit pour dormir 3bonnes heures.

Je suis sur de moi mon envie d'arrêter et rien rien ne m'arrêtera.

Soyez forts courageux et surtout l'envie la motivation d'arrêter.

Mon collègue au 3ème jours est venu chez moi pensant que je fumer toujours je lui appris la nouvelle.

Donc il ne voulait pas fumer chez moi respect pour moi, je lui ai dit amis fume surtout ne t'inquiète pas pour moi.

Et réellement ça m'a fait absolument rien aucune tentation, ça se passe dans la tête.

Courage à tous et toutes croyez moi j'étais un très très très gros fumeur.