

DIALOGUE

Par **Cruella** Posté le 05/02/2024 à 22h31

Je suis une femme de 38 ans et je consomme du cannabis depuis mes 16 ans.

J'ai effectuée à plusieurs reprises des sevrages de (1mois +/-)

Et en 2020 j'ai stoppé pendant 2 ans.

Ajd je viens vers vous car je suis bien décidée d'arrêter une bonne fois pour toute et je suis actuellement en plein sevrage . Tout d'abord diminué pour en arriver à ajd mon 1er jours sans consommation. Oui oui c'est possible ????

Je connais la phase psychologique et c'est ce que je viens chercher parmi vous et également parler de mon expérience pour aussi aider à mon tour.

Ma questions est : que faites vous quand vous êtes à bout de nerf et que vous êtes fatigué de cet état que le sevrage cause à notre corps (irritation, compression, chaud froid) ?

Moi personnellement la journée j'ai pas de soucis mais le soir après le souper la c'est très compliqué à gérer. L envie est trop forte

Merci d'avance