© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

canabis

Par aucuneidee Postée le 05/04/2024 07:53

> Bonjour , si une personne de sexe masculin en surcharge pondérale fume du cannabis ou une variante je ne suis pas sur du nom pendant 5 à 7 jours consécutifs a raison de deux a trois par jour le soir . Combien de temps faut il pour l'évacuer du corps ? en sachant que cette personne ne fumait pas avant de façon régulière mais une fois par mois ou moins . Combien de temps faut il pour avoir une prise de sang sans trace ? Et/ou a part le sport , le zinc et le charbon il y a t'il un moyen de l'évacuer rapidement ? La personne en question à conscience de son erreur et n'est pas seul , il va être aider .

Mise en ligne le 08/04/2024

Bonjour,

Vous vous interrogez sur les durées d'élimination du THC par l'organisme.

L'élimination du THC est un processus complexe qui, pour le moment, n'a pas encore été totalement appréhendé par les recherches scientifiques. Le THC se stocke dans les graisses de l'organisme, notamment au niveau des graisses du cerveau. Lorsque ces graisses sont mobilisées, du THC est alors relargué dans l'organisme, ce qui peut donner lieu à des tests positifs malgré une longue période d'arrêt.

Le corps peut mettre plus ou moins de temps pour l'éliminer, en fonction de plusieurs facteurs: la fréquence de consommation, le dosage, la constitution du produit, et le métabolisme de la personne qui en consomme. Il n'existe aucun moyen naturel ou industriel pouvant accélérer l'élimination du THC. Il est toutefois conseiller de stimuler son métabolisme, avec une alimentation équilibrée et de l'activité physique (marche, par exemple), afin de favoriser l'élimination du THC. Mais là encore, ce n'est pas quelque chose de radical ou de magique.

Il est impossible d'anticiper le temps d'élimination du THC d'une personne, et donc une date précise de test négatif. Nous ne pouvons établir que des prévisions, en fonction d'une "fourchette" établie à partir d'études.

Nous disposons effectivement de moyennes de durée de positivité du THC, selon les différents milieux dans lesquels il est présent (sang, salive, urine). Nous vous ajoutons le tableau des durées de positivité en fin de réponse.

Le THC est décelable dans le sang jusqu'à 8 jours après la dernière consommation, chez un consommateur régulier, c'est-à-dire chez une personne qui fume plus d'un joint par semaine.

Nous espérons que votre ami pourra bénéficier d'un soutien pour comprendre les raisons de cette consommation de cannabis. N'hésitez pas à lui proposer notre ligne d'écoute, ouverte tous les jours sans exception entre 8h et 2h: Ecoute Cannabis, au 0 980 980 940, appel anonyme et non surtaxé).

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Dossier dépistage : tableau des durées de positivité