© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Sevrage

Par Djibril Postée le 12/04/2024 16:13

> Bonsoir, sa fais maintenant 4 jours que j’ai pris la décision d’arrêter de fumer, avant sa j’était un consommateur pendant 1 ans et quelques mois, je fumais environ 2 3 joints léger par jour au début puis j’ai commencer à augmenter ma consommation. de 4 5 joints mais je ne charger pas mes joints. Donc j’ai pris la décision d’arrêter de fumer depuis 4 jour et demi, et je n’ai pas eu forcement de mal avec sa juste le problème de sommeil et pour manger sinon je n’ai pas eu de symptômes comme le vomissements ou la diarrhée, et j’ai un test urinaire dans exactement 7 jours, et hier dans la nuit je n’arriverais vraiment pas à dormir j’ai craqué pour fumer la moitié d’un joint je regrette un peu parce que pour ce test j’ai peur que je sois testé positif, à cause de sa donc j’aimerais savoir si je risque d’être positif ?, je n’ai pas l’impression d’être vraiment Addict c’est juste le faites de pas dormir qui ma fait refumer un petit peu. Donc s’il vous plaît si quelqu’un peu me répondre mais aller y franco il n’y a pas de soucis avec sa. Merci D’avance !

Mise en ligne le 17/04/2024

Bonjour,

Nous tenons à nous excuser du délai de réponse supérieur à notre engagement de vous fournir un retour dans les 48 heures. Nous faisons face à un nombre très important de sollicitations.

Vous évoquez votre démarche d'arrêt du cannabis, et nous tenons à vous encourager dans cette voie. Il est vrai que l'arrêt du cannabis peut entraîner certains symptômes comme des troubles du sommeil, de l'alimentation et de l'humeur (mais heureusement pas forcément tous, ni de la même intensité).

La durée de positivité du THC (molécule du cannabis recherchée) dépend de plusieurs facteurs, notamment la fréquence de consommation, le dosage, le métabolisme de la personne qui en consomme, et les milieux de prélèvement (urine, sang, salive). Les recherches ont identifié des durées moyennes de positivité, mais elles ne sont qu'une mesure indicative, il n'est pas possible d'anticiper précisément les résultats d'un test de dépistage.

Une consommation est dite "régulière" à partir d'un joint par semaine. Pour un consommateur régulier, le THC est décelable entre 30 et 70 jours dans les urines. Il est fortement probable que votre test urinaire soit donc positif, que vous ayez ou non consommé un joint lors d'une nuit d'insomnie.

Nous ajoutons en fin de réponse le tableau des durées de positivité.

Nous vous souhaitons une bonne continuation.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Dossier dépistage : tableau des durées de positivité