

ARRÊT CANNABIS

Par **Luluuuuuu** Posté le 17/08/2024 à 11h44

Bonjour

Cela fais 1 mois et bientôt 3 semaines que j'ai arrêté de fumer

Et que vous dire je n'en peux plus...

Je n'ai pas envie

Mais c'est beaucoup trop dure. Les crises d'anxiété à répétition... Les insomnies... Les douleurs un peu partout...je tiens plus je n'en peux plus. Je suis en vacances j'ai hâte de reprendre le travail voir si mon esprit sera plus occupée et du coup moins douloureux.

Combien de temps le sevrage dure til svp

6 RÉPONSES

Ad93 - 20/08/2024 à 22h58

Bonsoir Lulu,

Pour répondre a ta question et ayant parcouru toutes les sujet du forum cela varie autant la durée que les symptômes qui peuvent etre très variés.

Pour ma part j en suis a 6mois d arret cannabis et shit et 2 mois de tabac. J ai toujours des crises d anxiété qui surgisse avec son lot de symptomes mais cela n a rien a voir avec le début.

A savoir que pour moi le plus dur physiquement a été les 3 premiers mois (Quel enfer !)

Après la drogue refoulé beaucoup de mon anxiété donc bon...

J ai vu que certains avait des symptomes jusqu a 10mois mais sa évolue toujours en positif avec les mois qui passent.

Courage et pense a ta santé.

Alibi - 21/08/2024 à 14h05

Bonjour

J'en suis a 7mois sans cannabis et c'est toujours pas le top avec des jours a peut pret bon et de tres mauvais jours. Pour ma part j'ai declancher une anxiété +++ avec la peur de mourir d'une maladie grave et tout les symptome physique declancher par mon anxiété n'ont fait qu'empirer mes peur . Mais je tiens bon apres avoir eplucher de long en large le forum je sais que certains ont mis presque 1 ans a s'en remettre. Tiens bon et quand tu est prête a abandonner pense au souffrance que tu a endurer jusque la il serait dommage que c'est effort est été fait en vain. Force a toi tu va reussir

Ad93 - 21/08/2024 à 23h16

Bonjour Alibi,

C est bête mais ton commentaire me rassure d une certaine manière.

Quesque tu te déclenches comme symptomes physiques ?

Oui tu as entierement sa serait tentant de reprendre la clope ou meme un joint de temps en temps mais quand je pense a comment j ai souffert au début et tout ces examens que j ai fait (scanner avec injection thorax/abdo pelvien, bilan sanguin, bilan cardiaque, electrocardiogramme, radio des poumon) et ces douleurs comme opression thoraciques, vertiges, perte d appetit, ballonnements de l enfer, impression de galerer a prendre ma respiration quand je mange, insomnie et que tout sa a durer 3 mois non MERCI.

Aujourd hui me reste quelques troubles digestifs ainsi qu un certain acouphènes a l oreille.... C est fou mais le stress notamment l anxiété sa peut te déclencher tellement de symptomes mais on va y arriver. J ai souvenir d une personne qui s appelait Ben et en effet sa avait mis 1ans avant qu il puisse dire J AI VAINCU. Soyons Fort Alibi et prenons de nos nouvelles. Je pense que toi aussi quand tu es pas bien tu viens ici et recherche les sujets de discusion qui t on rassuré.

Amicalement.

Ad

Luluuuuuu - 22/08/2024 à 10h20

Merci pour vous réponses.

Ça me rassure tellement de me dire que je ne suis pas folle ou malade. J'ai moi aussi enchaîné les rdv docteur.. Électrocardiogramme..

Prise de sang 2 à 3 fois...

J'ai l'impression de faire un Avc un jour sur 2 ou alors une crise cardiaque. Cette nuit j'ai seulement dormi 2 h. C'est dure dure vraiment je n'aurai jamais pensé souffrir autant. Après je n'ai aucune envie de reprendre c'est déjà bien mais purée quesque je galère. Après quand je lit vos 6 mois d'arrêt et 10 mois et tjr des symptômes ça m'inquiète aussi. Je n'aurai jamais le cran de tenir autant. Peut être en

travaillant l'esprit y pense moins ? J'ai rdv dans 2 semaine avec une hypnothérapeute j'espère aussi que cela va m'aider.
Merci de vos réponse sa fais du bien de savoir qu'on est pas seule

Alibi - 22/08/2024 à 10h39

Bonjour Ad93

Oui c'est rassurant de voir que nous sommes pas seul dans cette situation c'est pourquoi je me decide enfin a apporter ma contribution sur ce forum.

J'ai tellement eu de symptome en 7 mois que j'ai bien peur dans oublier. Les insomnie , les douleurs thoracique , la difficulter a reprendre entierement ma respiration , les nausée la perte d'appetit , un gout bizarre dans la bouche , les maux de tete... J'ai comme toi fait plusieurs exament prise de sang / ecg / radio thorax / rdv chez un gastro . Mais je pense que tout c'est examens n'ont fait qu'empirer d'une certaine maniere mon anxiété.

Et en ce moment ce qui est tres present pour moi c'est la derealisation , la difficulter a ce concentrer pleinement l'impression d'etre dans le brouillard et comme toi les trouble digestif , constipation / diharee , ballonnement et ventre qui gargouille enormement.

Nous allons y arriver nous avons passez le pire et le meilleurs et devant nous.

A bientôt

Alibi - 22/08/2024 à 11h31

Bonjour Lulu

Rassure toi chaque histoire est differente la plus part des gens cesse avoir des symptomes assez rapidement je pense que tout depend de ton niveau d'anxiété masquer par le cannabis . Occupe ton espris un maximum sort profite de tes amis et tu verra que dans c'est moment la tes symptomes diminuront .

Si ont a tenu jusque la alors tu peut le faire aussi et puis dit toi que si tu reprend le jour ou tu voudras de nouveau arreter cela sera doublement plus difficile .

Courage les premier mois sont souvent les plus difficile mais sa s'attenué
