© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Positivité cannabis

Par EK747 Postée le 05/11/2024 23:34

> Bonsoir, Depuis le mois de mars environ, je fume du cannabis de façon occasionnelle (1 fois par semaine) environ. Mais au début de l'été j'ai commencé à fumé environ 3 à 4 fois par semaine (environ 1 a 2 joints à chaque foi). À la fin de cette été très exactement du 27 août au 20 septembre, j'ai totalement arrêté mais du 20 septembre au 29 octobre, je fumais tous les jours (1 à 2 joints). Voilà donc la situation : Je dois passer une visite médicale le 10 décembre où l'on vas me faire un test urinaire et un test sanguin (pour le test urinaire, il me semble que le seuil de détection est de 50ng/ml). Je crains donc d'être positif malgré le fait que j'aurai arrêté de fumer depuis 40 jours. Sur de nombreux forums, j'ai pu lire que le thc pouvait rester jusqu'à 70jours après arrêt ce qui ne m'a franchement pas rassuré. Pensez vous qu'avec la consommation, je risque d'être positif?? Je compte boire 5L d'eau par jour pendant 1 mois pour essayer d'éliminer le thc de mon corps. Sinon, en ce qui me concerne je pèse 58kg pour 1m84, je suis assez mince et pas gras. J'espère obtenir une réponse claire de votre part en ce qui concerne les « chances que je sois positif comme les chances que je sois négatif). Merci

---

Mise en ligne le 12/11/2024

Bonjour,

Il est strictement impossible de prédire la durée de positivité au THC.

Les études scientifiques ont établi des moyennes. Cela permet d'avoir une idée concernant les délais d'élimination du THC par l'organisme (jusqu'à 70 jours en moyenne), mais ces délais dépendent de nombreux facteurs (durée de la consommation, dosage, composition du produit, métabolisme, structure génétique individuelle...).

Toutefois, la composition des cannabis d'aujourd'hui est telle que cela peut augmenter la durée de positivité au THC. Certaines personnes ont été positives pendant plusieurs mois après l'arrêt de leurs consommations de cannabis. Il est donc important de prendre en considération les données de la science, sans les prendre comme indication figée. Les données scientifiques peuvent changer en fonction de l'évolution des produits et des habitudes de consommation.

Avoir une bonne hygiène de vie peut stimuler le métabolisme, mais pas faire de miracle. Faire de l'activité physique, manger varié et équilibré, s'hydrater correctement peuvent favoriser l'élimination du THC, mais pas en quelques jours. Attention, boire trop d'eau comporte aussi des risques.

Par ailleurs, quand on dit que le THC est stocké dans les graisses, il s'agit principalement des graisses au niveau du cerveau. Le corps a des graisses qui lui sont essentielles, elles se trouvent dans des zones différentes. Même quand on est "sec", on a quand même des graisses qui sont indispensables au bon fonctionnement de notre corps, et dans lesquelles se niche le THC.

En conclusion, il est matériellement impossible de savoir si vous allez être positif ou négatif. La seule manière d'être éclairé à ce sujet est de faire des analyses de votre côté, afin de voir où vous en êtes. Il est possible de faire une analyse d'urine en laboratoire (à vos frais), ou de réaliser des tests via des bandelettes de dépistages (disponibles dans certaines pharmacies ou sur internet). Nous n'avons aucune certitude quant à la fiabilité de ces tests.

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

En espérant que tout se passera bien pour vous,

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Dossier dépistage : tableau des durées de positivité