

Vos questions / nos réponses

# Problèmes au poumons suite à l'arrêt du cannabis

Par [Alexis54](#) Postée le 23/12/2024 17:05

Bonjour cela fait maintenant 2 semaines que je suis en plein sevrage de cannabis j'ai eu des vertiges des crises d'angoisse des sueurs froides et cela s'est un peu calmé, j'ai toujours cette sensation de vertige j'ai l'impression que je vais tomber alors que ce n'est pas le cas mes crises d'angoisse se sont calmées mais j'ai mes poumons qui font des sortes de crépitements quand j'expire fort ce qui augmente mon stress et me fait faire des petites crises d'angoisse, mon médecin m'a dit que cela devait être dû au sevrage que pour me rassurer je pouvais aller faire des tests mais est-ce que cela est dû au sevrage et peut-être au fait que mes poumons se "décrassent" du cannabis ? Car je n'ai pas arrêté la cigarette donc je ne sais pas si c'est réellement ça je lâche aussi pas mal de glaires ce qui pourrait aussi correspondre à ça, si quelqu'un a connu ça ou quelque chose de semblable je serai rassuré d'avoir son avis

---

## Mise en ligne le 27/12/2024

Bonjour,

Lors d'une forte diminution ou d'un arrêt du cannabis, de nombreux consommateurs peuvent traverser un "syndrome de sevrage".

Il s'agit d'un ensemble de symptômes qui peuvent s'étendre sur une période d'une à quatre semaines en moyenne selon les individus. Les symptômes les plus courants sont des troubles du sommeil, de l'humeur (mal-être, stress, tristesse, irritabilité...) et de l'alimentation. Ces symptômes ne sont pas systématiques et sont variables en durée et en intensité.

Pour davantage d'information sur ce sujet, nous vous joignons en bas de réponse un lien vers notre fiche-produit sur le cannabis, les différents symptômes du syndrome de sevrage sont détaillés au chapitre "dépendance".

Certaines émotions "négatives" qui étaient "étouffées" jusque-là par l'action du cannabis peuvent également remonter à la surface avec une plus forte intensité. L'angoisse que vous décrivez pourrait en être un exemple.

La consommation de cannabis peut présenter des risques pour les poumons et le système respiratoire. Le risque est majoré lorsque la consommation s'effectue avec un bang ou une pipe à eau. Comme vous le lirez dans la fiche produit, les symptômes pulmonaires que vous décrivez ne sont pas connus en cas de sevrage, mais l'anxiété que vous ressentez peut aussi se manifester physiquement.

Il nous paraît important que vous puissiez suivre les conseils de votre médecin de vous faire examiner à ce niveau afin de vous rassurer.

Si vous êtes en difficulté pour votre sevrage, il vous est possible de trouver des conseils et un accompagnement dans des structures nommées Consultations Jeunes Consommateurs (CJC). Les consultations individuelles sont gratuites et confidentielles. Nous vous transmettons également des coordonnées en bas de réponse.

Si vous souhaitez échanger davantage sur votre situation, vous pouvez contacter un de nos écoutants. Nous sommes accessibles 7J/7J, par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) de 8H à 2H du matin ou par le Chat de notre site Drogues Info Service du lundi au vendredi de 14H à minuit et le samedi et le dimanche de 14H à 20H.

Bien cordialement.

---

## **Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures**

---

### **[Consultation de Proximité - Association Addictions France 60](#)**

Square Marcel Pagnol  
Maison de la citoyenneté  
**60600 CLERMONT**

**Tél :** 03 44 50 17 82

**Secrétariat :** Du lundi au vendredi: de 9h à 17h

**Accueil du public :** Le mardi de 14h à 16h

[Voir la fiche détaillée](#)

**En savoir plus :**

- [Fiche sur le cannabis](#)
- [Les consultations Jeunes Consommateurs \(CJC\)](#)