© Drogues Info Service - 27 juillet 2025

Vos questions / nos réponses

durée de positivité au test canabis

Par Ancolie04 Postée le 28/03/2025 14:13

> Bonjour, Fumeur régulier de cannabis de 14 à 37 ans, j'ai cessé de consommer suite à un contrôle routier positif et une suspension de permis de 5 mois. J'ai aujourd'hui 41 ans et l'effet anxiolytique que cela me procurait me manque encore de temps en temps. J'ai lu sur votre site que suite à la consommation d'un joint lorsque l'on ne consomme jamais, les tests routiers sont positifs jusqu'à 8 heures après consommation. Je ne souhaite absolument pas redevenir un consommateur régulier mais j'aimerais juste pouvoir en refumer un de temps en temps (1fois /mois par ex). D'autre part, je sais très bien que votre réponse ne sera en rien une garantie. Je voudrais simplement savoir si après avoir consommé un joint un vendredi ou samedi soir et en laissant passer une journée par la suite, j'ai une chance de rester négatif lors d'un test. En vous remerciant par avance de votre réponse, Bien cordialement.

Mise en ligne le 02/04/2025

Bonjour,

Nous sommes sensibles à votre besoin de relâcher la pression. Il est vrai que le cannabis peut donner un sentiment de relaxation plutôt immédiat et efficace, mais son statut légal, entre autre, peut générer des problèmes.

Pour un usage occasionnel (moins d'une fois par mois), le THC est détectable dans la salive jusqu'à 8h après la consommation, et dans l'urine jusqu'à 5 jours.

Comme vous l'avez très justement mentionné, il s'agit d'informations à prendre comme indications et non comme mesures exactes. La durée de la détectabilité du THC dépend du produit (dose, composition...) et du métabolisme de la personne consommatrice.

Il est possible d'explorer d'autres outils que le cannabis pour décompresser (activité sportive ou créative, phytothérapie...), afin de se préserver du risque d'en faire une habitude.

Nous espérons avoir pu répondre à vos questions.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Dossier dépistage : tableau des durées de positivité