

Vos questions / nos réponses

Arrêté cannabis anxiété peur de maladie

Par [Kevin68](#) Postée le 03/05/2025 18:29

Bonjour à tous, Je partage mon expérience après avoir arrêté *la résine de cannabis*. Je fumais exclusivement de la résine de cannabis depuis plusieurs années. 25 ans J'ai arrêté il y a environ 3 semaines. Depuis l'arrêt, j'ai ressenti un ensemble de *symptômes physiques et psychiques* qui m'inquiètent : - *Gorge qui gratte, toux sèche*, sensation de "chatouillement" pulmonaire - *Fatigue intense*, somnolence même après des nuits complètes - *Oppression respiratoire par moments*, difficulté à marcher longtemps - *Palpitations*, tension légèrement instable - *Sensation de corps contracté par à-coups la nuit* - Un épisode de *trouble visuel soudain d'un œil* (type voile ou vision grise), transitoire - *Anxiété accrue*, pensées obsédantes sur une possible maladie grave (cancer ou cœur) - *Insomnie ou réveils fréquents*, rythme de sommeil perturbé Des examens médicaux ont été faits (scanner thoracique, ECG, bilan sanguin, fond d'œil) et sont *tous normaux ou rassurants*. Malgré cela, mes symptômes persistent ou reviennent par vagues. Je n'arrive pas à être calme j'ai peur du pire.

Mise en ligne le 05/05/2025

Bonjour,

Nous avons un doute concernant le public auquel vous souhaitez vous adresser. Vous êtes sur l'espace des Questions/Réponses, c'est-à-dire que seule notre équipe peut vous faire un retour. Si vous souhaitez vous adresser aux internautes, il vous est possible de poster de nouveau votre message dans la rubrique Forums.

Ce que vous traversez est tout à fait caractéristique du sevrage au cannabis. En effet, l'arrêt de la consommation entraîne un syndrome de sevrage constitués de plusieurs symptômes plus ou moins sévères en fonction du métabolisme de la personne, de sa relation au produit (durée et fréquence), et du produit consommé (dosage, composition...). Ce syndrome peut durer entre 1 et 4 semaines environ.

Les symptômes les plus répandus sont:

- troubles du sommeil (difficultés à s'endormir, réveils fréquents, cauchemars, suées nocturnes...)
- troubles digestifs (nausées, perte d'appétit...)

- troubles de l'humeur (irritabilité, stress, mal-être, pleurs inexplicables, agressivité...)
- Fatigue importante, migraines, agitation...

Ces symptômes sont sans gravité, mais peuvent être très pénibles.

Si votre peur intense d'être malade perdure au-delà de quelques semaines après l'arrêt, il est possible que cela soit lié à des troubles de l'anxiété. Ces troubles pourraient alors avoir été mis en sourdine par la consommation de cannabis, et réveillés par le sevrage. Nous vous conseillons donc de vous rapprocher d'un ou d'une psychologue afin de gérer ces troubles anxieux.

Nous espérons avoir pu vous apporter des éléments de compréhension.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- [Forums Drogues info service](#)