

Forums pour les consommateurs

## Arrêt 7 mois pars à laide

Par Manou31 Posté le 02/07/2025 à 10h57

Bonjour, cela fait sept mois que j'ai arrêté de fumer du cana je suis désespérée, j'ai comme un envie d'intérieur des deux premiers mois se sont passés très facilement et là depuis on est le 1er juillet et je suis complètement perdu, déprimé, vide de l'intérieur, aucune émotion, des angoisses des pleurs, je voulais savoir si il y aurait d'autres témoignages, j'ai cru entendre que c'était un syndrome de sauvage prolongé. Je voulais avoir des témoignages s'il vous plaît, c'est vraiment une bouteille à la mer que je jette les personnes qui ont vécu ça combien de temps cela se dure Pourriez-vous me répondre s'il vous plaît je suis Maman avec des enfants je ne veux pas prendre des antidépresseurs Ma Vie est un vide s'il vous plaît vraiment s'il vous plaît aidez-moi.

### 5 réponses

---

Ad93 - 06/07/2025 à 18h15

Bonsoir Manou,

Ce que vous ressentez c est normal moi sa fait 1ans et demi que j ai arrêté tabac et cannabis. Ce que vous décrivez c est normal. Les 2 premiers mois se sont bien passé pour vous car vous aviez encore des réserves de THC. Votre état va s améliorer vous inquiétez pas. La 1ère année est toujours compliqué sa était mon cas car tres tres gros fumeur.

Courage tout fini par s arranger.

Sauron - 07/07/2025 à 08h38

Bonjour Manou31,

Je peux que dire la même chose que Ad93, et rajouter que moi, après un peu plus d'un mois d'arrêt du canna, c'est encore difficile mais que je reste motivé, que je continue de toutes mes forces la bataille engagée et que chaque jour qui passe est une victoire sur cette saloperie de canna que j'ai consommé trop longtemps. Tu as des enfants, c'est super ! Alors motive toi pour eux, pour ceux que tu aimes, fais des activités qui te plaisent, de la méditation, de l'hypnose (YouTube) bref, des choses qui te conviennent et ne lâche pas. Même un symptôme de sevrage prolongé peut être vaincu, la vie vaut la peine d'être vécue sans canna.

Je t'envoie mes meilleures pensées et comme dis Ad93, courage, force et espoir

Sauron

Manou31 - 07/07/2025 à 12h18

Merci d'avoir répondu, en fait je suis à six mois et 11 jours actuellement j'ai juste eu une mini rechute d'un mini joint que j'ai fait l'équivalent de la moitié d'un grain de riz, juste pour essayer et ça accentuer mon angoisse et mon anxiété ce matin je me suis réveillé avec des Crises de panique, j'ai des douleurs au thorax, le problème c'est Lannéon les crises de panique et le fait de s'en foutre de tout. Je voulais savoir si vous avez entendu parler du PAWS c'est sevrage prolongé je voulais savoir si il y avait des personnes qui s'en sont sorties au bout combien de temps Car je parcourt tout ce qui peut y avoir sur Internet et ça me fait peur et des personnes qui s'en sont sorties et des personnes que ça fait quatre ans qui sont bloquées, voire plus. Je voulais avoir des témoignages de personnes qui s'en sont sortis. Comment fête s'il vous plaît aidez-moi car je suis Maman je sais pas si c'est la dépression je ne prends pas d'antidépresseurs et je ne veux pas en prendre, je voulais juste savoir si il y a des personnes qui ont eu des fenêtres Car moi je me sens en prison et je n'ai pas une seule fenêtre. Combien de temps tout ça va durer, c'est affreux, ma tête me dit que j'aurais jamais dû arrêter de fumer car j'étais bien avant.

Manou31 - 07/07/2025 à 12h19

S'il vous plaît, est-ce que on pourrait avoir des démos de personnes qui se sont sortis du PAWS du sevrage prolongé car moi je désespère combien de temps ça a pris s'il vous plaît

cooki - 08/07/2025 à 11h52

bonjour Manou31 bravo pour ce temps passer sans fumer cela me donne du courage et l'envie d'y arriver.... après avoir un peu regarder ce qu'il en était du PAWS j'ai l'impression que cela concerne surtout les addictions pour les drogues dites "dure"... je suis tout nouveau dans l'arrêt du THC "3 semaines" mais je suis très attentif à ton message et du coup pas très rassurer, en effet si après 6 mois d'arrêt tu n'a pas encore trouver la paix avec le cannabis je m'inquiète sur la pertinence de mon arrêt brutale. comme toi j'aimerais des retours d'anciens consommateur et je vais continuer mes recherche bonne journée et courage