Vos questions / nos réponses

Arrêter cannabis depuis 4 jours ,combien de temps je reste positif ?

Par Jajou Postée le 04/07/2025 11:59

> Bonjour je souhaiterai savoir combien de temps je reste positive au test salivaire....car j'ai fumé pendant 15 ans à 3 joints par jour en moyenne....fumeur réguliers et quotidien.... aujourd'hui sa fait 4 jours que j'ai arrêté de fumer du cannabis et je voudrais savoir combien de temps je reste positif au test salivaire ?? Dans l'attente de votre réponse....veuillez recevoir mes sincères salutations.

Mise en ligne le 08/07/2025

Bonjour,

Avant tout, nous tenons à saluer votre démarche d'arrêt du cannabis. C'est une démarche qui demande du courage, et tenir ces premiers jours est déjà une étape importante.

Le THC, substance psychoactive recherchée dans les tests de dépistage est détectable dans la salive :

-de 6 à 8h après la consommation, pour un usage occasionnel (jusqu'à un joint par semaine).

-jusqu'à 24h après la consommation pour un usage régulier (plus d'un joint par semaine).

-et jusqu'à 8 jours après l'arrêt de la consommation pour un usage intensif et quotidien.

Vous correspondez au 3ème cas de figure, ce qui veut dire que vous ne serez vraisemblablement plus positif au test salivaire au minimum 8 jours après l’arrêt de votre consommation.

Cependant, comme chaque organisme élimine différemment et que ce sont là des valeurs moyennes, nous vous invitons à vous auto-tester. Vous pourrez facilement acheter des tests salivaires en pharmacie ou sur internet.

Sachez également que si vous devez effectuer un test urinaire, vous pourrez être positif jusqu'à 70 jours après l'arrêt de votre consommation.

Nous vous joignons ci-après notre fiche "cannabis "où vous pourrez trouver toutes les informations relatives à cette substance.

Si vous vous sentez fragilisé par les symptômes que pourrait entrainer cet arrêt du cannabis ou que vous avez besoin d'être soutenu, n'hésitez pas à joindre nos écoutants pour du soutien. Ils sont disponibles 7j/7 de 8h à 2h du matin par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ou par chat depuis notre site internet, de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le weekend.

Avec tout notre soutien dans votre démarche,

Bien cordialement,

En savoir plus :

- Fiche sur le cannabis