

2 semaine de sevrage cannabique besoin de retour

Par [1m55](#) Postée le 23/08/2025 20:27

Hello! Je poste ici car j'aimerais vraiment avoir des témoignages qui m'aideront à tenir cette étape difficile. Avant ça j'ai 28, je fume depuis 15 ans mais une consommation régulière réelle depuis le début du covid. J'ai arrêté 1 mois il y a 1 an lors d'un voyage au Brésil, du coup ça aide. Mais une fois que je suis rentrée de ces 1 mois j'ai repris comme en 40. Globalement je tenais avec une conso de 4j/soir, mais ces derniers temps avec le taff c'était plus 6/8 depuis 3 mois. Puis j'ai fait ce qu'on appelle une crise d'hyperémèse cannabicoïde: vomissement intense pendant plus d'un jour. J'ai perdu 5 kg soit 10% de mon poids. Cette crise est apparue à la suite d'un énorme stress au taff, j'ai subi du harcèlement je passe les détails mais il y a eu un point de non retour. Depuis impossible de fumer ça me fait monter l'angoisse direct... donc on peut dire que c'est pas moi qui ai quitté la weed mais c'est la weed qui m'a quitté ! Les 2 premiers jours étaient étonnamment faciles. J'avais grave de l'énergie et bonne humeur. Mais là au bout de 2 semaines, même si mes symptômes sont plus légers, je fais face à 2 problématiques qui m'handicapent vraiment : Je suis totalement déprimé. J'ai pleuré toute la journée aujourd'hui. Je suis à fleur de peau et j'ai pas envie de grand chose. Je suis habituellement une personne passionnée, et sportive à un très bon niveau. (12% de masse grasse seulement lol) et je vois bien que mes performances sont pas ouf ces temps-ci donc ça rajoute un coup aussi. Mais ça fait 10 ans que je fais mon sport alors je continue car c'est ancré en moi. Juste j'ai AUCUN plaisir. Et mon appétit... tout les jours je me force à manger... ça en devient fatigant... pareil je me demande quand est-ce que je retrouverai du plaisir à manger... et l'état de mon estomac on en parle même pas... que ça soit des sucreries ou du café mon corps ne tolère aucun écart... et je suis toujours réveillé par la nausée le matin. Je prend des probiotiques et quand la digestion me casse trop je prend de la Citrate de betaine ça m'aide énormément. Je voulais savoir si au niveau de ses symptômes on ressent une vraie amélioration ? Au bout de combien de temps ? J'ai vraiment besoin de retour avec des gens qui ont eu aussi des problèmes d'appétit et de moral svp... j'en ai besoin pour tenir... En vous remerciant d'avance ????

Mise en ligne le 25/08/2025

Bonjour,

Ce message semble attendre des réactions d'internautes. Nous avons en effet deux espaces où vous pouvez échanger publiquement. Il s'agit de l'espace "témoignage" et de l'espace "forum". Nous vous mettons ci-dessous un lien vers ces espaces.

Or, vous nous avez écrit dans l'espace "Questions/Réponses" qui vous permet d'avoir la réponse d'un écoutant du service.

Vous dites avoir eu une crise d'hyperémèse cannabinoïde. Nous ne savons pas si vous avez pu avoir le diagnostic d'un médecin ou s'il s'agit de votre déduction suite à vos troubles digestifs et votre perte de 5kg en peu de temps.

Après 2 semaines d'arrêt, vous décrivez des symptômes digestifs toujours présents. Vous décrivez également une perte d'appétit, de plaisir et de la déprime.

Vous évoquez une situation récente ayant généré un stress important, un harcèlement au travail.

Vos douleurs digestives et symptômes pourraient être apaisés par des douches ou bains chauds, du repos et une diète évitant les aliments qui vous irritent.

Au-delà de ce que vous pourriez mettre en place pour apaiser votre mal-être, il nous semble important de pouvoir avoir une consultation médicale pour le diagnostic et le traitement de vos troubles digestifs. Ils peuvent être la manifestation d'une hyperémèse cannabinoïde mais ils pourraient également être la manifestation d'autres troubles qui nécessiteraient un traitement spécifique. Il faudrait pouvoir vous en assurer.

Par ailleurs votre déprime et perte de plaisir peuvent être la manifestation d'un trouble de l'humeur ou d'une dépression qu'il serait nécessaire de traiter pour éviter une aggravation de ce mal-être.

Vous pourriez dans ce cas envisager une psychothérapie et un suivi avec un psychiatre.

Vous pouvez trouver des consultations individuelles, confidentielles et gratuites de médecins spécialisés en addictologie, psychologues et travailleurs sociaux dans un centre de soins spécialisé en addictologie.

Nous vous proposons des adresses de ces centres proches de chez vous ci-dessous.

Vous pouvez également faire un point plus précis et trouver un soutien ponctuel avec nos écoutants par téléphone ou par tchat.

Nous sommes joignable au 0800 23 13 13 de 8h à 2h, 7j/7j. L'appel est anonyme et gratuit.

Et nous répondons par tchat de 14h à minuit en semaine et de 14h à 20h le week-end et les jours fériés.

Bien cordialement

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

[Association Addictions France 95- Csapa d'Argenteuil](#)

12, boulevard Maurice Berteaux
95100 ARGENTEUIL

Tél : 01 30 76 30 13

Site web : www.addictions-france.org

Accueil du public : Lundi-mercredi et vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h - Mardi de 9h à 13h et de 14h à 19h - Jeudi fermé le matin (répondeur téléphonique) ouvert de 14h à 19h, sur rendez-vous.

Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous des jeunes de moins de 25 ans avec/sans entourage : tous les mardis et mercredis après-midi de 14h-17h.

[Voir la fiche détaillée](#)

[Association Addictions France 95- Csapa de Cergy](#)

18 boulevard de la Paix
95800 CERGY

Tél : 01 30 30 50 96

Site web : www.addictions-france.org

Accueil du public : Lundi-Mercredi et Vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h - Jeudi de 9h à 13h et de 16h à 17h (répondeur téléphonique en dehors de ces horaires)

[Voir la fiche détaillée](#)

[Unité d'addictologie : Hôpital Simone Veil](#)

14 rue de Saint Prix
Hôpital Simone Veil - Service de médecine Interne
95602 EAUBONNE

Tél : 01 34 06 62 27

Site web : www.hopital-simoneveil.fr/services/addictologie/

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 8h30 à 16h30.

[Voir la fiche détaillée](#)

En savoir plus :

- [Forums Drogues info service](#)

- [Témoignages Drogues info service](#)