

Vos questions / nos réponses

# Arrêt cannabis sevrage effets secondaires

Par [Ashalia](#) Postée le 04/09/2025 17:34

Bonjour Voilà une semaine que j'ai arrêté le cannabis et je ressens des effets secondaires que je n'avais jamais connu : Tachycardie nocturne Douleurs sternale par période Sensation de manquer d'air Du mal à me connecter au réel à entendre comprendre Sensation de flottement permanent d'absence Crise d'anxiété nocturne ou en pleine foule Fourmillement mains passagers Douleurs musculaires passagers Sensation d'être débile, de ne rien comprendre, peu productive, Dépression passagère par moment je m'exclue Acouphène passager Sensation de morte imminente Prise de sang nickel Je m'inquiète de ces effets secondaires suite au sevrage Je fumais depuis 3/4 ans à une consommation de 2/3 joints par jour

---

**Mise en ligne le 09/09/2025**

Bonjour,

Nous comprenons votre inquiétude.

L'arrêt du cannabis surtout après une longue période de consommation régulière peut induire des effets indésirables.

Il peut s'agir de troubles digestifs, d'anxiété, de trouble du sommeil et des états de fatigue ou des perceptions altérées telles que vous les décrivez.

Ces effets peuvent rester présents plusieurs semaines en s'estompant progressivement.

Sachez qu'il vous est possible de trouver un accompagnement médical et psychologique le temps qui vous sera nécessaire. Ces consultations sont individuelles, confidentielles et gratuites et sont proposées au sein de centre de soin en addictologie hors hospitalisation.

Ces centres permettent en effet un suivi médical, psychologique et d'un travailleur social si nécessaire. En complément, il est possible de rejoindre des ateliers thérapeutiques tels que de l'hypnose, de la relaxation, des ateliers d'art thérapie ou des groupes d'entraide et de parole.

Un tel suivi vous permettrait de trouver un accompagnement médical concernant les effets secondaires du sevrage et un accompagnement psychologique pour sortir du fonctionnement de dépendance et ainsi pouvoir trouver une stabilité à long terme.

Nous vous proposons ci-dessous 2 adresses de centres de soins à Lille, qui vous seraient adaptées.

De plus, les écoutants de notre service peuvent vous apporter une écoute sans jugement pour un soutien ponctuel ou des conseils.

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

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

Avec tous nos encouragements

Bien cordialement

---

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

---

### **[Centre CSAPA Boris Vian](#)**

10 rue Colbert  
**59000 LILLE**

**Tél :** 03 20 15 85 35

**Site web :** [www.epsm-al.fr](http://www.epsm-al.fr)

**Accueil du public :** Du lundi au vendredi (sauf le jeudi) de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30, le jeudi de 9h30 à 13h et de 15h30 à 19h

**Substitution :** Du lundi au vendredi (sauf le jeudi) de 8h à 12h30 et de 13h30 à 14h30, le jeudi 8h à 12h30.

Tel : 03 28 07 26 80

**Consultat<sup>o</sup> jeunes consommateurs :** Consultation jeunes usagers et familles du Centre Vernon Sullivan

[Voir la fiche détaillée](#)

### **[CSAPA CHU-Le Pari](#)**

57, boulevard de Metz  
**59037 LILLE**

**Tél :** 03 20 44 59 46

**Site web :** [www.lepari.fr](http://www.lepari.fr)

**Secrétariat :** Du lundi au vendredi de 8h à 16h30

**Accueil du public :** Consultations d'un médecin (interne) sans rendez-vous du mardi au vendredi de 9h à 11h (par précaution il est conseillé d'arriver entre 8h et 8h30 et de prévoir sa matinée). Consultations sur rendez-vous de 8h à 16h30 du lundi au vendredi

**Consultat° jeunes consommateurs :** Exclusivement sur rendez-vous le Mercredi de 14h à 16h, en priorité pour les moins de 18 ans. Les 18/25 ans sont reçus en première intention au CSAPA lors des consultations du matin sans rendez-vous

**Substitution :** Délivrance du lundi au vendredi de 8h à 12h

**Service mobile :** SAAM: service d'accompagnement addicto mobile. Sur le territoire des Weppes. Prendre contact avec un professionnel médico-social du secteur pour bénéficier d'un accompagnement chez une structure partenaire ou à domicile.

[Voir la fiche détaillée](#)