© Drogues Info Service - 31 mai 2025

Vos questions / nos réponses

Etat pitoyable lié à l'arrêt du cannabis ?

Par Profil supprimé Postée le 12/04/2010 07:16

> Je consommais du cannabis depuis plus d'un an, a raison de 8 à10 joints par jour et j'ai decidé d'arréter il y a 3 semaines. Actuellement je suis dans un état psycologique assez pitoyable (grande lassitude,irritabilité...).Je souheterais savoir si cela est du au THC et surtout si cela va s'estomper avec le temps.

Mise en ligne le 12/04/2010

Bonjour,

Les symptômes que vous ressentez sont souvent présents chez les usagers réguliers qui décident d'arrêter : sentiment de mal-être, d'irritabilité et de stress, mais aussi troubles du sommeil, sueurs froides, transpiration excessive, migraines, difficulté de concentration.

Notez que ces symptômes, ainsi que leur intensité et leur durée, sont variables selon les personnes et le contexte de vie. Ils vont s'estomper avec le temps, mais ils sont difficiles à vivre et peuvent fragiliser votre décision de ne plus fumer.

Nous vous conseillons donc d'être à l'écoute de vous-même et de ne pas hésiter à solliciter une aide extérieure si vous en ressentez le besoin.

Vous pouvez par exemple appeler notre numéro vert "Drogues Info Service" au 0 800 23 13 13, ouvert de 8 h à 2 h et 7 jours sur 7. Vous pouvez également vous adresser à un centre d'accueil et de soin. Vous trouverez ce type de structure en utilisant le module de recherche de notre site (voir lien ci-dessous). Vous pouvez y être soutenu tant sur le plan médical, que psychologique et/ou social. Les consultations sont gratuites et confidentielles.

Bon courage à vous pour la suite.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Adresses Utiles