

Vos questions / nos réponses

## arrêt de résine de cannabis

Par [Profil supprimé](#) Postée le 30/06/2012 23:11

Bonjour,

Je fume de la résine de cannabis depuis plus de 30 années suite à une maladie donc je suis atteint depuis 4 ans je me sevre seul sans médicament je prend déjà d'autres médicament et je ne voudrait pas alongés la liste.

Ma questions est la suivante cela fait 15 jours que je n 'est pas fumé de résine et toutes les nuits je suis en sueur, je me réveille trampé je perd énormément d'eau à ce jours j' ai perdue 8 kilos et cela continue je ne dort plus par peur de fondre, je commence à avoir des migraine très importantes et mes nerfs me fonts défauts j 'éssai de gérer tous cela mais j avoue que je commence à m inquiéter part toutes ces douleurs physique le cannabis me rendait passif mai aussi féniant je suis de part nature un grand nerveux intérieurement maintenants je suis bourer de douleur nerveuse et musculaires.

Pouvez vous me dire combien de temps encore cela va durer mon métier ne me permets pas de prendre des antie dépresseurs.  
cordialement; Torkyshe

---

**Mise en ligne le 03/07/2012**

Bonjour,

Le sevrage est une période pendant laquelle le corps, habitué à fonctionner avec un produit, doit s'en déshabituer et manifeste donc divers symptômes, plus ou moins forts, plus ou moins gênants. En ce qui concerne le cannabis, la dépendance est essentiellement psychologique et le temps de sevrage plus ou moins long suivant la personne, les raisons de sa consommation, sa situation personnelle et les soutiens mis en place pour arrêter de fumer.

Vous ne fumez plus depuis 15 jours et votre sommeil s'en trouve fortement perturbé. Vous vous réveillez en sueurs. Ce la fait partie des symptômes que l'on rencontre fréquemment lors de l'arrêt de cannabis. Si le caractère de vos symptômes n'est pas extraordinaire, leur intensité cependant mériterait sans doute un avis médical afin d'envisager, ou pas, un éventuel soutien et si oui, de quel ordre (médicamenteux, psychologique).

Vous fumez depuis de nombreuses années et avez commencé tôt cette consommation. A l'heure actuelle, vous avez vécu plus de temps "avec" le cannabis que "sans". Votre façon d'appréhender le monde, les choses,

les difficultés, vos perceptions étaient probablement filtrées par votre consommation de cannabis et vous devez apprendre aujourd'hui à faire face à tout cela seul. Cet apprentissage, cette découverte de vous, de vos réactions, de vos émotions, tout cela peut prendre du temps et s'avérer déstabilisant. Vous nous dites de plus être un grand nerveux intérieurement. Cette nervosité était sans doute apaisée par le cannabis et ne l'est plus actuellement.

Vous avez perdu du poids et êtes inquiet en ce qui concerne la façon dont les choses vont évoluer. Vous craignez de vous réveiller en sueurs et dormez donc de moins en moins. Nous ne pouvons pas vous dire combien de temps cet état va encore durer mais nous vous encourageons fortement à solliciter l'aide d'un médecin si vous sentez que les choses deviennent trop difficile à supporter. Nous vous encourageons également à prendre le temps de votre rétablissement, prendre le temps de trouver des choses, des activités pour apaiser votre nervosité et vous faire du bien.

Pour d'autres informations, ou pour parler de la situation qui vous préoccupe, vous pouvez contacter l'un de nos écoutants au 0800 23 13 13 (Drogues Info Service, appel anonyme et gratuit, tous les jours de 8h à 2h du matin).

Cordialement.

---

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

---

### **[Csapa Aubervilliers](#)**

5, rue du Docteur Pesqué  
Centre Municipal de Santé (CMS)  
**93300 AUBERVILLIERS**

**Tél :** 01 48 11 21 90

**Site web :** [//urlr.me/5g16Z](https://urlr.me/5g16Z)

**Accueil du public :** Consultations sur rendez-vous du lundi au vendredi de 8h30-12h et de 13h-17H00.  
Consultation entourage.

**Consultat° jeunes consommateurs :** Consultations sur rendez-vous, des jeunes à partir de 13 ans, avec ou sans son entourage.

[Voir la fiche détaillée](#)

### **[Hôpital Jean Verdier : Equipe de Liaison et de Soins en Addictologie \(ELSA\)](#)**

avenue du 14 juillet  
Hôpital Jean Verdier  
**93140 BONDY**

**Site web :** [www.aphp.fr/service/service-39-032](http://www.aphp.fr/service/service-39-032)

**Accueil du public :** Du lundi au vendredi de 9h à 17h.

[Voir la fiche détaillée](#)