

## 1 MOIS APRÈS L'ARRET DU CANNABIS

---

Par Profil supprimé Postée le 17/01/2013 20:51

voilà 1 mois que j'ai arrêté le joint , j'ai fumé sur une période de 3 ans et une moyenne de deux par jour . ma question es combien de temps dure ce qu'on appel le "sevrage " ? et es ce normal ci 1 mois après l'arret définitif je ressent fréquemment des sensations d'être encore sous l'effet de cet drogue ? merci d'avance

---

### Mise en ligne le 21/01/2013

Bonjour,

La question du "sevrage" est complexe en ce sens qu'elle est propre à chacun et à votre façon de consommer. De nombreux facteurs entrent en ligne de compte : cela dépend de vos habitudes, de la régularité avec laquelle vous consommez, de ce qui vous lie à ce produit etc ...

Généralement, les usagers décrivent très souvent une période de 3, 4 jours ou il peut arriver de se sentir plus nerveux, tendu, anxieux, impulsif voire agressif ou au contraire déprimé, soucieux, fatigué ... . C'est donc plutôt "psychiquement" que cela se passe mais beaucoup d'usagers décrivent aussi la difficulté à retrouver un rythme de sommeil satisfaisant à l'arrêt des consommations, le cannabis étant très perturbateur à ce niveau.

Normalement, vous ne devriez plus ressentir les effets de vos consommations antérieures mais il est possible que cela "resurgisse" à l'occasion d'autres consommations (tabac, alcool).

Le TCH (tétrahydrocannabinol delta9) est lipophile. Il se fixe sur les cellules graisseuses de l'organisme. Il faut donc un certain temps pour l'éliminer.

Ces sensations devraient logiquement être moins fortes et disparaître totalement dans les jours ou semaines à venir. Si ce n'était pas le cas, nous vous invitons à consulter votre médecin traitant ou à nous joindre au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe 7j/7 de 8h à 2h) afin que nous puissions vous orienter sur une centre de soins ou une consultation anonyme et gratuite.

Cordialement

---