© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

Marijuana (stade de sevrage)

Par Profil supprimé Posté le 06/01/2012 à 09h04

Bonjour, jaurais quelques questions, si vous pouvez maidez ce serait grandement apprécié.

Je vais commencer par vous parler brièvement de mon cas.

Jai toujours eu un dépendance a la marijuana. Jai toujours consommé de soir. Quand ca en prenais de plus en plus pour pouvoir avoir un buzz, jarrêtais un bout de temps et recommençais.

Mon dernier sevrage fut difficile et jai du avoir recours a une médication qui a parfaitement fonctionné.

Mais voilà quen juin dernier jai une crise de névralgie du trijumeau, la douleur amplifiait et comme cétait congé pour la fête national qui précédait le weekend jétais dans limpossibilité de rejoindre mon neurologue avant un bon 5 jours.

Jai apporté quelques modifications a ma médication danti épileptique et rien ny faisait. Jai donc voulu essayer voir si une toute petite inhalation pourrait fonctionner et cela fonctionné et jai continué même au delà de ma consultation avec mon neurologue.

Rapidement ma consommation est devenu un problème sérieux. Je consomme présentement plus de 200$ de marijuana par mois.
Je fume seulement a la pipe et fait dabord sécher la mari et en fait une poudre que je fume a la pipe. Je fume du levé au couché. Environ à toute les 20 minutes, je prend la pipe.

Cest plus fort que tout. Je suis de plus en couple depuis 7 ans et cette dépendance est devenu NOTRE problème ce qui me plait peu.

Je désire réellement arrêter mais lors de ma dernier tentative jai cédé rendu a la dépression. Cétait horrible, je ne veux pas revire cela.

Enfin, je parle beaucoup mais tous cela pour vous demander;

1- Combien de temps en moyenne dure le sevrage physique?

2- Par quelles étapes passe ton lors dun sevrage et en moyenne combien dure le sevrage (physique) de chacune des étapes? (par exemple, linsomnie dure combien de temps ou encore la dépression (a ce stade, difficile de voire le bout), lanxiété et tous ces symptômes désagréables, et cest peu dire.

Au plaisir
Eric

2 réponses

Profil supprimé - 06/01/2012 à 13h18

Bonjour !

Puisque vous parlez en dollars, je suppose que vous êtes Canadien ou Québecquois ?
Comme je l'explique dans le post juste en dessous, il est prouvé que le cannabis n'induit pas d'addiction physique - moi, je parlerais plutôt d'addiction "mécanique". J'ai une longue expérience des drogues - si cela vous intéresse vous pouvez lire mon témoignage dans réussite et les nombreux coms que j'ai laissé au fil du temps - cela fait treize ans que j'ai tout arrêté, je prends aujourd'hui un antidépresseur et 4mg de subutex - j'ai commencé à 28mg, et je fume à l'occasion, mais je ne bois pas une goutte d'alcool.

Je pense que vous gagneriez à trouver un bon psy pour vous aider dans votre démarche.
La dépendance psychologique peut se traduire par des troubles physiques, des sueurs, insomnies etc... C'est le cerveau qui envoie des messages d'urgence. C'est là où il faut faire du cas par cas, car personne ne réagit de la même manière - l'équilibre biochimique du cerveau, l'histoire personnelle, la génétique, je pense que tout cela rentre en ligne de compte.

Certains gagneront à faire du sport, d'autres de la relaxation, d'autres d'aller à la piscine, etc... Il faut trouver les choses qui vont font vous sentir vivant, en dehors du cannabis.
Et ne pas hésiter à prendre un anti dépresseur si vraiment c'est trop dur.

Courage
bluenaranja

Profil supprimé - 13/01/2012 à 23h58

Salut, tout d'abord, mes félicitations!

Perso j'ai fumé pendant 10 ans, j'ai arrêté une fois pendant 15 semaines et j'ai repris. Et j'ai arrêt une 2ème fois et mnt ça fait 6 mois que je fume plus.

Alors tout d'abord, c'est plus facile que ce qu'on pense!

Les transpirations pendant la nuit, ça dure environ 10 jours et après c'est bon.

Après pour ce qui est de la déprime, voici mon avis. Je pense tout d'abord que ça dépend bcp d'une personne à l'autre. Ensuite, je sais de source sûre que le cannabis neutralise les émotions. Donc, en arrêtant, tu redécouvres les émotions, positives, comme négatives...

A toi donc de trouver de nouvelles activités, de fréquenter de bonnes personnes, qui te permettront de te sentir bien. Ce sont parfois des choses très simples qui t'apporteront du bonheur: prendre le temps de cuisiner et de savourer la nourriture, faire du sport, voir des gens, écouter de la musique, lire un livre avant de dormir...

Trouve de nouvelles activités, rencontre des gens sympas. Parle de ton sevrage à tes amis, et ils veilleront sur toi.

Tu redécouvriras les joies de la vie et tu te rendras bien vite compte que le cannabis te coupe tous les petits plaisirs qui rendent une journée si amusante.