© Drogues Info Service - 17 juin 2025

Vos questions / nos réponses

Symptomes sevrage du cannabis

Par Profil supprimé Postée le 18/01/2017 19:13

Bonsoir, j'ai 20 ans et mon premier joint date de mes 16 ans, au début c'était purement festif mais depuis l'été 2015 j'en consommais 3 a 4 par jour jusqu'à novembre 2016 ou j'ai décidé d'arrêter de fumer seul car j'y éprouvais plus de plaisir. Mon dernier joint date du premier janvier 2017 au j'ai tirer quelques "taff" dessus et voila maintenant deux semaines que je n'est pas fumer.

Je dois dire que depuis quelques jour je me sens bizarre, j'ai une forte anxiété qui me viens sans raisons et à longueur de journée, j'ai peur du dialogue avec des gens, une sorte de phobie sociale et j'ai l'impression que quand je suis en cours tout le monde me regarde ce qui me pousse a m'isoler, j'ai beaucoup de mal a me concentrer du fait que je pense sans arrêt et je ressent aussi des pertes de mémoire immédiate.

Je voulais savoir si ses symptômes viennent du sevrage et si oui combien de temps cela pourrait t'il durer ?

Je ne compte pas reprendre car les effets du cannabis était devenu presque insupportables pour moi, j'éprouvais beaucoup de stress au moment ou j'en fumais. le sel moment ou je me sentais bien c'était après une demie heure voire une heure après la consommation.

Merci d'avance pour votre réponse et votre compréhension.

PS: Désolé pour les fautes, je ne suis pas très à l'aise avec l'orthographe.

Mise en ligne le 20/01/2017

Bonjour,

Le cannabis peut avoir des effets délétères sur les capacités du cerveau et sur le psychisme surtout lors de consommations régulières et/ou sur une longue durée et/ou avant 25 ans.

Une personne vulnérable ou sensible au stress a plus de risque d'être touchée par ces effets délétères. Les produits psychoactifs font en général remonter les fragilités et les aggrave.

Il est vrai également que lorsque vous avez été habitué à consommer quotidiennement un produit et que vous vous sevrez, votre corps et votre psychisme peuvent être perturbés car ils doivent retrouver un nouvel équilibre sans les consommations. Concernant un sevrage de cannabis, cela peut induire de la fatigue, des angoisses, des insomnies et une irritabilité.

Même si le sevrage peut induire un changement de votre état général, il nous semble que votre malaise et vos anxiétés qu'ils soient liés à vos consommations ou pas, devraient être traités pour éviter une aggravation ou qu'ils ne deviennent durables. Cela pourrait se faire à l'aide d'une psychothérapie. Il existe des consultations gratuites et individuelles auprès de psychologues dans les CMP (Centre Médico-psychologique) ou dans les centres de soins en addictologie (CSAPA ou ANPAA). Certains psychiatres en privé peuvent proposer une psychothérapie par la parole. Les consultations sont en grande partie remboursées par la sécurité sociale.

Vous pourrez trouver des adresses de CSAPA dans notre rubrique « adresses utiles » en sélectionnant le critère « soutien individuel ». Vous pouvez également si vous le souhaitez en parlez avec nos écoutants qui sont joignables par chat de 14h à 2h, 7j/7j ou par téléphone au 0800 23 13 13 de 8h à 2h, 7j/7j. L'appel est anonyme et gratuit depuis un poste fixe. Depuis un portable, vous pouvez composer le 01 70 23 13 13, l'appel est non surtaxé.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service