

LE CERVEAU S'HABITUE-T-IL AU SEVRAGE ?

Par Profil supprimé Postée le 01/12/2017 15:03

Bonjour,

Aujourd'hui, ça fait 2 jours que j'ai arrêté la weed. Ça doit être la 10ème fois que j'arrête (toujours en attendant que mon dealer fasse le plein de beuh). À chaque fois, c'est l'histoire de 2-3 jours (parfois plus). Les premières fois, c'était horrible. J'avais des sueurs froides et des coups de chaud, je tremblais, j'étais très agressif, je m'énervais pour absolument rien et je n'arrivais pas à dormir correctement la nuit. Lorsque j'y arrivais, je faisais des cauchemars très étranges. Bref, aujourd'hui je ne ressens plus les mêmes effets niveau sevrage (mis à part l'ennui). J'ai même l'impression que je pourrais totalement m'en passer. Ma question est donc la suivante : est-ce que le cerveau finit par s'habituer à l'arrêt du cannabis ?

Mise en ligne le 04/12/2017

Bonjour,

Entre deux réapprovisionnement de cannabis vous ressentez le manque et vous vous demandez si le cerveau va s'habituer à l'arrêt. Nous pouvons vous dire que oui mais cela peut prendre un peu de temps.

Les symptômes du sevrage que vous évoquez sont parfois décrits à l'arrêt du cannabis. Chaque personne réagira différemment à ce changement et ces symptômes peuvent durer en moyenne 3 semaines voir un peu plus mais en général cela s'atténue petit à petit jusqu'à disparaître complètement.

A l'arrêt du cannabis, certaines personnes parlent effectivement de symptômes tels que sentiment de mal-être, stress, agitation, irritabilité, difficultés à s'endormir... Certains vont traverser cette période sans trop de désagrément ou d'inconfort, tandis que, pour d'autres, ce sera plus compliqué à gérer.

Certaines personnes peuvent consommer par plaisir, pour expérimenter et resteront à une consommation festive. Pour d'autres une consommation régulière peut entraîner une dépendance dans une période difficile ou tout simplement pour calmer certaines angoisses. Fumer du cannabis correspond alors peut être à un besoin. Il est donc important de chercher à comprendre à quoi fait écho une consommation et de se faire aider par des professionnels si l'on a des difficultés à arrêter.

Nous vous encourageons à consulter la brochure " Cannabis ce qu'il faut savoir " en lien en bas de page. Vous trouverez également sur notre site drogues info service de nombreux éléments documentaires sur le cannabis.

Si vous avez d'autres questions n'hésitez pas à joindre notre service, des écoutants sont là pour vous répondre tous les jours de 8h à 2h au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ou encore par Chat Via notre site de 14h à minuit.

Bien vous.

Autres liens :

- Cannabis, ce qu'il faut savoir