© Drogues Info Service - 29 novembre 2026

Forums pour les consommateurs

sevrage et effet secondire

Par Profil supprimé Posté le 05/02/2018 à 07h35

Bonjour à tous voila je suis un homme de 37 ans et je fume du cannabis matin et soir depuis 20 ans. Je suis en train d'arrêter, ça fait 17 jours que ne fume plus (ni cannabis ni clope, j'utilise un patch). Les premiers jours ont été difficile surtout la nuit puis je me suis mis a avoir des angoisses très fortes au moindre signe de douleur (et j'en ai eu, douleur musculaire, œsophagite, maux de tète etc...). Depuis une dizaine de jour j'y voie trouble et ça commence à me gâcher la vie sérieusement. Mon médecin dis que c'est du au sevrage et que cela peut durée 3 semaines mais je commence a flipper (j'ai un scanner prévu bientôt). Bref je cherche des témoignages, connaissez vous des gens ou avez vous vecu les meme choses que moi est-ce que le sevrage peut etre aussi difficile (dans mon adolescence on disais toujours qu'il n'y a pas d'accoutumance physique au cannabis). bref besoin d'aide car je suis dans le dur.... Merci

8 réponses

Profil supprimé - 05/02/2018 à 22h27

Salut, adrien 23 ans. J'ai fumé du cannabis pendant 7 ans du matin au soir. Pas de soucis a l´ecole ni rien donc sur ce point la ok. En devenir ingénieur.

J'ai arrêté il y a 2 semaines et tout comme toi de forts passages anxieux, on m'a prescrit des anxiolitiques les moins puissants pendant 1 mois (seresta 10 mg, ca aide).

Personnelement aucun signe de douleur mais passage fortement angoissant quand je me concentre sur mon côté tactile (d'ou mon commentaire car douleure= tactile si ce b'est pas psycologique). J'ai comme l'impression que mon cerveau ne comprend plus « pourquoi est-ce que je ressens ca ici ». C'est très marqué au niveau des mains quand je tiens quelque chose, que je croise les doigts. Quand je ne tiens rien j'ai la sensation d'avoir des pouces immenses. (marrant a lire et effrayant a vivre).

Pdt mes crises j'ai l'impression que je vais passer un point de non-retour et que je vais rester bloqué. Envie de mourir car peur de finir en hopital psy. (oui oui les crises d'angoisses c'est pas jojo)

Mes amis en médecine (dont ceux qui ont terminés leurs études) m'ont dit que le moteur cerebral s´est habitué à tout ressentir de façon modifié (cf neurotransmetteurs et thc). La perte de repère sur les sens primaires est donc apparement normal mais très très très destabilisant.

Tiens bon, si on t'a prescrit des medocs prends les uniquement en dernier recours (accoutumance du confort, effet rebond, etc.)

A voir comment evolue la chose. Dans tous les cas je te soutiens et tu n’es pas seul dans ce combat contre toi même, Adrien

Profil supprimé - 08/02/2018 à 07h46

Salut merci pour ton soutient de mon coté toujours pas de progrès, mon médecin m'a prescrit du seropram après une longue discutions. je me rends compte que durant toutes ces années je me suis vraiment foutu dedans et que je m'en sortirai ni tout seul, ni rapidement.
Tu a raison de réagir tant que tu es jeune, j'espère que tu tiens le coup (moi oui j'en suis à 3 semaines sans une latte).
Bon courage....

Profil supprimé - 18/02/2018 à 20h26

Du nouveau nicnic ?
Pour ma part, ce côté tactile modifié tend à s’estomper, ca redevient naturel !

J’espere que tu recolles à la « vraie »vie

Profil supprimé - 22/02/2018 à 10h29

Salut Adrien ça commence à rentrer doucement dans l'ordre,j'ai moins voir plus de symptôme lié au sevrage, par contre je dois soigner ceux que je me suis "créer" a cause de l'hyper stress que j'ai connu. Et 5 semaines sans rien fumer c'est long mais j'ai bon espoir que tout rentre dans l'ordre. Et toi tu tiens toujours le coup j'espère... a+

Profil supprimé - 22/02/2018 à 14h25

Ah bonne nouvelle ça !
Moi j’ai toujours pas laché la cigarette je vais attendre un peu avant d´arreter ca. Mais en soit ca va je suis presque dégoûté de l’odeur du cannabis..
c’est quoi ce que tu t’es créer ?! Une déréalisation ?

Profil supprimé - 23/02/2018 à 08h47

Bonjour à tous,

Je fume du cannabis depuis 34 ans (j'ai 48 ans) et ces dernières années je fumais jour et nuit. J'ai arrëté il y a 19 jours et je rentre en cure le 19 mars. Le plus difficile,c'est le retour à la réalité,je connais des crises d'angoisse,idées noires et sueurs.Courage,nous allons réussir à décrocher!

Profil supprimé - 26/02/2018 à 10h57

OUI courage les amis. Personnellement il ya 20 ans on disait qu'il n'y avait pas d’accoutumance au cannabis. mais aujourd'hui quand je me rends compte toute le souffrance qu'on endure je suis encore plus détermine à m'en sortir. COURAGE et ESPOIR j’espère que NOUS serons récompensé...(sans trop de dégât lol)

Profil supprimé - 02/03/2018 à 20h38

Slt ts le monde je suis Éric de Metz et j'ai 38 ans. J'AI fait une cure de sevrage en 2012 car lourds passé de toxico polyaddict. Et oui quitte à se détruire les neurones autant bien le faire.
4 mois plus tard je suis sorti à 120mg de méta. Jusqu'à ce matin r à s hormis les qql bières. Ce soir j'ai appris une mauvaise nouvelle. Ai perdu un ami enfin je dirais plus un frère.
Alors j'ai bu une despe pour lui et en rentrant me suis pris 1 gr de coke. Mon corps veux aller en teuf mon crâne me dit que j'ai une batterie dans mon cerveau.... J'ai fais de la merde
Alors courage les gens rien n'est jamais perdu. Soyez bien entouré évité les anciennes relations, parlé à vos AMIES ceux qui malgré tte les merdes que vous ayez fait sont restés là présent avec vous et aller au CSAPA
Moi c'est trop tard le CSAPA et fermé jusqu'à mardi matin et sa va être chaud . En dix minutes j'ai tous foutu en l'air. Ce n'est pas ma télé qui va me faire la morale.
Alors bonne chance la route sera longue mais surtout baissez pas les bras