© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Cannabis

Par Profil supprimé Postée le 15/05/2018 21:40

Comment arrêter le cannabis ?

Mise en ligne le 16/05/2018

Bonjour,

Vous souhaitez arrêter le cannabis pour vous même, ou vous vous renseigner pour quelqu'un de votre entourage.

Arrêter le cannabis peut se faire de plusieurs façons :

- un arrêt total, d'un coup. Ce type d'arrêt n'est pas dangereux en soi, mais peut être mal supporté par l'usager de part les effets "secondaires" dus au manque psychologique (troubles du sommeil, de l'appétit, de l'humeur, angoisses, irritabilité...).
- un arrêt progressif, qui nécessite de faire un bilan de sa consommation pour savoir exatement où on en est, pour diminuer, à son rythme, très progressivement, en se laissant des objectifs atteignables. La méthode est plus douce, et amène une gestion différente de la consommation, mais cela peut aussi sembler compliqué pour certains usagers.
- une hospitalisation : le sevrage se fait dans le cadre hospitalier, mais cela se fait au cas par cas et nécessite un dossier préparé au préalable avec un médecin (généraliste ou addictologue).

Dans tous ces cas, vous pouvez trouver de l'aide auprès de professionnels spécialisés dans des Centres de Soins, d'Accompagnement, de Prévention en Addictologie (CSAPA). Les entretiens proposés sont gratuits et confidentiels, et vous pouvez y bénéficier de suivis médico-socio-psychologique. Des liens vers des adresses vous sont laissés en fin de message pour vous orienter.

Nous restons également à votre disposition au 0 800 23 13 13 entre 8h et 2h du matin (appel gratuit et anonyme) pour discuter plus en détails de votre situation. Nous sommes également joignables par chat de 14h à minuit.

Cordialement

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :

CSAPA du centre hospitalier d'Arras

4 Rue Auguste Dumand
Espace Dumant
62000 ARRAS

Tél : 03 21 21 10 51
Site web : www.gh-artoisternois.fr/offre-de-soin/addictologie/
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 8h à 12h30 et de 13h à 17h30
Substitution : Délivrance méthadone du lundi au vendredi de 8h30 à 11h30
Consultat° jeunes consommateurs : aux horaires du CSAPA le mercredi toute la journée

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Arrêter comment faire?