

# J'ai arrêté le cannabis depuis 1 semaine et 2 jours

Par [Profil supprimé](#) Postée le 28/08/2018 17:33

Bonjour à vous

Voilà cela fait 1 semaine et 3 jours que j'ai stopper la fumette depuis l'âge de mes 15 ans je fume tout les jours. Je ne fume pas au travail car je déteste ne pas être moi même sur les chantiers. Cela m'arrive une fois plus jamais j'ai recommencé. Le problème c'est que j'ai fini, que je sois chez moi, dehors en soirée ou autre on sort les slim et boom. (J'ai arrêté les douilles il y a quelques années car je crache du sang) mais jamais arrêté les joints. Justement j'ai augmenté énormément.

Et là il y a donc peut-être que j'ai décidé de tout stopper car oui en 11 ans de fume je n'est jamais eu de pénurie. Au contraire je trafiquais dedans jusqu'à ce beau jour où mon collègue à eu quelques galères du coup 1 jour 2 jours 3 jours et là 1 semaine j'ai réalisé que en fait oui ça me manquait, mais ça m'a tellement énervé que j'ai tout envoyé chi... j'ai fait le point dans ma tête j'ai dit stop. Cela a ruiné ma jeunesse, je me rappelle mes 15 ans où que on était venue à la salle de gym me voir moi, mon entraîneur, et mes parents pour rentrer au pôle espoirs et faire carrière dans la gymnastique j'ai tout envoyé bouler pour rester avec les collègues à fumer le joint qui m'a apporté que des enmerdes. Pas niveau justice car j'en avais et j'en est toujours rien à péter de ça mais d'autre problème plus grave .. quand certains font les morts (pour les connaisseurs) et que de l'argent rentre pas je vous laisse deviner comment ça tourne .. mais même avec tout ça j'ai continué à continuer sans même penser d'arrêter au contraire je me suis endormie le cerveau pour tout oublier . Oublier aussi tout les autres problèmes de la vie.

Mon problème aujourd'hui n'est pas trop le manque oui oui après 11 ans non stop ça va j'y pense pas trop !!! Comme j'ai dit j'ai fait le point dans ma tête je suis déterminé.  
Part contre j'ai grave augmenté le tabac je ne dors plus je transpire je suis un peu sur les nerfs de temps en temps mais ça je le corrige assez vite directement .

Honnêtement part contre deux choses qui m'ont fait tout bizarre assez marrant mais bon . La première c'est que depuis 6 ans je me couche vers 23h et je me lève tout les jours même le week-end à 6h du matin 1 heure ou je me lève pour le boulot d'habitude mais attention plus besoin de réveil tout les jours je suis réveillé vers 5h45 5h50 . Pourquoi ? Ce lever et fumer un joint direct ? Pour moi oui c'était ça c'est pas ce dire tien aller je prend les 2 chiens et on va quelque part. Nan nan je me lève café slim et boom 1 2 3 4 joints alors jusqu'au soir je vous dit pas hein !!! Part contre la même si c'est dur pour m'endormir ça fait plusieurs matins où je dors jusqu'à 10h 11h ça me fait vraiment bizarre je vous jure lol et je suis fier de moi c'est con mais voilà .. Je me lève le matin j'ai pas la flemme je suis motivé direct cette sensation aussi et très bizarre..  
La deuxième chose qui m'est arrivée et cela avant hier j'ai fait un rêve lol il était pourri et sans logique de ce que je me rappelle mais j'ai rêvé quoi ...

Franchement je suis fier de moi déjà d'arriver là . Si je tien le coup des 4 5 mois je me suis aussi promis d'arrêter le tabac car oui en plus de ça je fume un paquet de clope part jour... 8e tout les jours sur le mois ça fait mal (rien que en tabac hein) on compte pas le reste de chichon part mois même avec les meilleurs taro du marcher que j'ai sans me la jouer ...

Voilà un peut mon ressentie de mes 1 semaine et 3 jour,je suis désoler pour les fautes l'école na jamais été mon point fort lol si l'histoire geo et le sport mdr (petite trêve de plaisanterie)

Pour finir je pence que chaque personne doit faire le point dans ça tête et après commencer les étapes de sevrage qui son plus dure que d autre . Moi ses l insomnie à certains moment d autre le manque etc ..

Celui qui a réellement envie de stopper force à toi lache pas et ne reste pas tout seul entoure toi de monde (pas qui fume un rnaf a coter hein ) nan nan surtout pas ca !!!! et si tu à besoin de parler car oui cela peut aidez grandement dans ce combat de tout les jours de parler je suis là pour parler ensemble de notre combat .

(Attention ce qui en fume pour moi sont pas pire que les fumeur de clope ou autre car le tabac ses de la grosse merde aussi et ça ses légale hein et ses de la grosse merde aussi je trouve pire car le joins sa te relax ou fait oublier mais alors le tabac ses la ou que tu vois que tout ce que on se fou dans le corp ses de la merde.

Enfin voila j'ai parler avec le coeur avec ce que j'ai vécu et vie en ce moment force à toi qui prendra le temp de me lire

---

**Mise en ligne le 30/08/2018**

Bonjour,

Votre témoignage est touchant et très encourageant pour les personnes qui souhaiteraient mettre un terme à leur consommation. Nous ne pouvons que saluer votre décision de mettre un terme à la vôtre suite à une prise de conscience du déséquilibre entre bénéfices/inconvénients.

Les effets que vous décrivez font effectivement partis de ceux observés au moment du sevrage du cannabis tels que les troubles du sommeil, (difficultés à s'endormir, rêves intenses, cauchemars, fatigue,...).

Vous avez posté votre message sur un service qui s'adresse à des professionnels, il sera visible sur notre site mais vous pouvez si vous le souhaitez le poster sur la rubrique "témoignages", plus visible pour les personnes en recherche de ce type de témoignages, nous vous joignons un lien ci-dessous.

Si vous le souhaitez, vous pouvez nous contacter de façon anonyme et gratuite au 0800 23 13 13 tous les jours de 8h à 2h ou par chat via notre site.

Cordialement

---

**En savoir plus :**

- [Témoignages Drogues info service](#)