© Drogues Info Service - 7 juillet 2025

Vos questions / nos réponses

Sevrage

Par Profil supprimé Postée le 02/12/2018 23:05

J'aimerais savoir combien de temps dur le sevrage du cannabis ? Et qu'elles sont les phases ?

Mise en ligne le 04/12/2018

Bonjour,

Les difficultés strictement liées à l'arrêt du cannabis n'excèdent en général pas un mois. C'est une indication moyenne, la durée et l'intensité des difficultés rencontrées sont effectivement très variables d'une personne à l'autre, pour certains d'ailleurs le sevrage se passe sans aucun problème majeur. Il est par conséquent impossible de vous décrire des ”phases” types et systématiques, la seule tendance pour ceux que le sevrage met à mal étant une diminution progressive des symptômes au fil des jours ou des semaines.

Les difficultés les plus fréquemment rencontrées sont des troubles du sommeil, de la fatigue, un manque d'appétit, de l'irritabilité, parfois de l'agitation, des sueurs froides, des migraines, des tremblements… Lorsque ces troubles sont trop envahissants et représentent un obstacle vers l'arrêt, une aide extérieure peut s'avérer utile.

Nous ne savons dans quel contexte vous nous adressez votre message, si ces interrogations vous concernent directement ou concernent un proche. Quoi qu'il en soit et si besoin, sachez qu'il est possible de bénéficier d'une aide adaptée en CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Toutes les coordonnées sont consultables sur notre site via la rubrique ”Adresses utiles” dont nous vous joignons le lien ci-dessous. Ces consultations sont individuelles, confidentielles et non payantes.

Nous restons par ailleurs disponibles dans le cas où vous souhaitiez revenir vers nous avec plus d'éléments. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ainsi que par Chat de 14h à minuit.

Cordialement.

En savoir plus :

- "Adresses utiles"