

PUT1 C'EST DUR !!

Par [Profil supprimé](#) Posté le 06/01/2019 à 22h17

Bonsoir,

Je suis un homme, 21 ans et je consomme du cannabis quotidiennement depuis maintenant 6 ans et demi (depuis mes 15 ans). Je fumais environ 1 à 2 pets par jour, tous les jours, j'étais et je suis toujours réellement accro .. cela a des répercussions négatives sur ma vie, surtout au niveau social et motivation.

Bref, j'ai pris la décision d'arrêter le cannabis + le tabac depuis le 1er Janvier 2018. Cela fait donc 5 jours pleins que je n'ai pas touché à un pétard ni au tabac (j'avoue une clope cet après-midi, je recommencerais plus ahah). Je ne fume que la cigarette électronique pour le moment.

Jusqu'à présent mon sevrage se passait plutôt bien, je ressens juste l'envie de fumer (cannabis surtout, clope très peu) et cette envie est surtout présente le soir. Je n'ai pas de problème pour dormir et je sais que cela est une chance. Mais là j'avoue que ce soir j'ai failli craquer, j'étais à deux doigts de sortir racheter du cannabis, heureusement je me suis résonné et finalement je continue à tenir.

Voilà je crée ce post juste pour partager mon histoire et recevoir des messages de soutien car je sens que je suis pas loin de la rechute, et notamment pour le pétard du soir.

Points positifs si je refume : j'arrête d'y penser

Points négatifs : fonsedalle, dents qui continuent de jaunir, honte de ne pas avoir tenu, argent dépensé, je me réveillerais plus tard, je ne saurais pas m'arrêter et j'en fumerais tous les soirs, je retomberais dans mes vieux démons, je n'aurais pas avancé.

COURAGE A TOUS CEUX QUI ARRETTENT, LE CANNABIS EST A CONSOMMER AVEC MODERATION = PAS TOUS LES JOURS