VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

SEVRAGE

Par Vdg89 Postée le 18/02/2021 11:04

Bonjour , Il y a deux semaines et demi j'ai arrêté de consommer du THC. Cela faisait environ une dizaine d'années que je fumais, d'abord beaucoup puis j'ai petit a petit diminuer jusqu'à fumer un joint le soir . Au bout de deux semaines et demi, j'ai eu des tremblements surtout le soir accompagné de douleur abdominale, Je voulais savoir si cela était normal,si ça va revenir ou si le cap est passé ? Merci d'avance

---

Mise en ligne le 19/02/2021

Bonjour,

Les effets que vous décrivez sont tout à fait caractéristiques d'un sevrage du cannabis. L'intensité des effets varie d'une personne a une autre mais en moyenne, ces effets durent entre 1 et 4 semaines, la première semaine étant la plus intense.

Ces symptômes peuvent être envahissants et inquiétants, mais il faut repèrer qu'ils ne presentent pas de risques de mise en danger de votre santé.

Le plus important est de prendre soin de soi encore plus qu'à l'habitude durant cette période : repos, activités réconfortantes, relaxation vous aideront à lutter contre ces symptômes.

Si ces symptômes devaient perdurer au dela de 4 semaines, n'hésitez pas à consulter un medécin afin d'identifier d'autres causes potentielles.

Bon courage à vous !