FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

ARRÊT DU CANNABIS DEPUIS 2 SEMAINES

Par Lok Posté le 31/12/2022 à 10h50

Bonjour à toutes et à tous, j'ai 22 ans et depuis 3ans et demi je consomme du cannabis quasi quotidiennement à une fréquence d'un joint le soir avant de dormir (plus en soirée). Depuis deux semaines j'ai complétement arrêté d'en consommer, ce n'est pas la première fois que je fais une pause, j'en est déjà fait plusieurs allant de 2 semaines à 1 mois et demi. Pendant les pauses précédente, l'arrêt de ma consommation m'avait fait du bien : reprise de confiance en soi, reprise d'une activité physique, meilleure concentration etc ... Mais là c'est tout l'inverse. Pendant ma première semaine d'arrêt j'ai été chez ma copine que je n'avais pas vu depuis 1 mois et demi. Durant cette période, j'ai eu une fois pendant une heure et demie l'impression de ne plus réussir à me concentrer et à communiquer, ça m'a fait très peur, je me sentais complètement idiot. Depuis que je suis parti de chez elle je n'arrive plus à être heureux, je suis constamment fatigué et pas du tout motivé. J'ai toujours l'impression d'être dans le brouillard et j'oublie énormément de choses, ça me fait très peur (je suis de nature anxieuse). Je suis dans l'incapacité de bien me concentrer et suis à deux doigts de la panique car j'ai peur que cet état dure toujours. Avez-vous vécu ou connaissez vous quelqu'un ayant vécu des choses similaires ? Dois-je envisager un suivi médical ?

2 RÉPONSES

Sonia75008 - 01/01/2023 à 20h40

Coucou,

J ai arrêté également de fumer depuis peu (28 decembre).
A la base, je ne fumais que la cigarette mais mes fréquentations m ont entraînées dans le cannabis.
A la base, c était juste festif...
Mais, j y ai pris goût.
J ai aimé faire une pause mentale.
Aujourd'hui, je rencontre des problèmes financiers et je dois stopper mes bêtises car plus j attends et plus ça sera difficile de faire marche arrière.
Ça m encourage de voir que je ne suis pas la seule à vivre ce sevrage.
Bonne soirée

AurelieKlass - 02/01/2023 à 11h57

A mon avis un suivi médical s’impose avec acuité.