FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

FATIGUE INSOMNIE STRESS CANABIS

Par Bibgate Posté le 02/10/2023 à 23h37

Au moment où j'écris je viens de rentrer après avoir fait un tour pour prendre l'air je suis en sevrage brutal de cannabis depuis 16 jours, dans mon bled aucun accompagnement disponible je gère seul mes nuits sont infernales je me réveille plusieurs fois en sueurs et pour aller pisser (3 fois) la fatigue et le manque de motivation me domine de plus le chômage ne m'aide pas je faisais de l'intérim de nuit que j'ai arrêté pour retrouver un travail qualifié qui correspond à mon bac+ 5 en RH. Ma femme est fumeuse de clopes et ne m'aide pas du tout je me sens seul et souvent j'ai envie de reprendre, j'ai le shit a côté il ne manque que la clope et les feuilles, je ne fume pas de clopes j'y arrive pas. Quand je vois ma femme fumer l'envie me reprend et je lui en veux terriblement, avec le shit je dormais bien la nuit mais ça me ruiner financièrement j'espère que ça va passer vite car au bout de 2 semaines je suis a bout je viens de toucher mon chômage et me dit pourquoi pas reprendre suis squelettique avec des crampes d'estomac et maux de gorge je ne vois rien de bien avec l'arrêt je ne sais vraiment pas si j'ai bien fait d'arrêter

1 RÉPONSE

Titi09 - 27/10/2023 à 23h11

Il paraît que c'est les 2-3 premières semaines les plus dures
Vous fumiez depuis longtemps?
Ou en êtes vous ?

Ça fait quelques jours pour moi, et ma seule motivation est de retrouver un cerveau vif et de l'énergie. Je fumais du matin au soir pendant 3 ans.
Ici aussi, seule à gérer mais j applique les conseils reçus.
Je me dis que je le fais pour elle (pour moi du coup)
Et je note le moindre point positif : réveil plus facile hier. Visage plus net ce soir. Des ptites phrases de motivation :
Que je refuse de stagner et de me faire broyer par la machine.
De plus, j'ai fais un constat de mes avancées et victoires depuis la fumette ... édifiant.

On est tous un peu tout seul dans ce combat. C'est le corps contre la tête. Mais je ne pense qu'au plaisir de cette victoire, à suivre, ça fait peu de temps. Et après avoir parcouru les forums, j ai bien compris l épreuve dans laquelle nous nous sommes lancés. Mais c était bien un choix au début. Et si je craque, c est pas grave.
En essayant continuellement, on a plus de chances de réussir. Alors plus ça rate, plus on a de chances que ça fonctionne.