FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

ARRÊT CANNABIS

Par vashe Posté le 03/01/2024 à 22h56

Bonjour,

Voila, j'ai 36 ans et je consomm(ais!) régulierement du cannabis depuis que j'ai 18 ans environ (si je pouvais revenir en arriere...).
Environ 2 à 4 joints par jour, je n'ai jamais fumé de cigarettes "classiques"...

Jetais passé à la vape mais depuis le confinement j'étais repassé aux joints...

Je n'ai jamais été tres "sociable" et les quelques amis que j'ai sont fumeurs (mais ont aussi pris la décision d'arrêter!).
Je fumais surtout par ennui (devant la télé, les jeux videos...) et pour m'endormir plus facilement, mais il faut bien avouer que ça ne marche pas apres tant d'années.

J'ai décidé d'arrêter suite à la soirée du nouvel an ou évidemment tout le monde fumait...
J'avais du mal à respirer et une genre de "boule" à la gorge depuis quelques temps mais ça s'est accentué dans cet environnement rempli de fumée, j'ai pris peur et j'ai décider d'arrêter du jour au lendemain...
Je viens d'acquerir une cigarette electronique...

Cela fait maintenant 3 jours que j'ai arrêté et j'ai toujours cette boule qui revient (surtout le soir).
Est ce normal ? Est ce que je dois consulter un médecin maintenant ou attendre ?