VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

SYMPTOMES DE SEVRAGE 8 SEMAINES D'ARRÊT

Par Profil supprimé Postée le 15/11/2013 23:27

Bonjour,

J'ai arreter sans aides le tabac et le cannabis cela fait 2 mois maintenant. (conso par jour 10 clopes, 4 joints pendant 10 ans)
Bonne nouvelle, aucune envie de reprendre, intellectuellement TOUT VA BIEN :)
J'ai supporter les cauchemars, les bouffées de chaleurs, les crises d'angoisse et la terreur que cela me provoquais.
Pour me calmer par rapport aux différentes gênes physique que j'avais, j'ai fais radios des poumons: RIEN; scanner coeur: RIEN, Doppler: RIEN.
Seulement voilà, je ressens une gene au niveau du coeur, jusque dans mon dos (comme si on me transperçais de part en part, crise cardiaque)de temps en temps, mon bras gauche s'engourdit, se raidit jusqu'au cou, la sensation est très très désagréable(je reconnais y etre attentive..)...lors de ma respiration, c'est douloureux. Ces symptomes ne sont pas continus, mais quand je n'ai pas mal, je ressens comme une fragilité dans la meme zone...

Mes questions: du fait d'avoir fait tous les examuns possible dans cette zone, pourriez vous me confirmez qu'il s'agit d'un symptome de sevrage? Si oui, pendant combien de temps vais je ressentir cet effet??

Deuxième question: mon conjoint fume toujours, parfois dans la meme pièce que moi.... :(pensez vous que cela puisse ralentir mon sevrage?

Merci beaucoup pour votre attention, et pour votre aide, j'en ai besoin!!

Mise en ligne le 18/11/2013

Bonjour,

Tout d'abord, nous tenons à vous féliciter pour votre sevrage après ces longues années de consommation et nous vous encourageons à vous maintenir dans cet élan.

Votre désaccoutumance au tabac et au cannabis semble s'être bien passée et le manque psychologique, qui peut être difficile à traverser, est derrière vous.

Les douleurs que vous évoquez ne peuvent être directement liées à votre arrêt. Nous entendons par là que la consommation de cannabis n'entraîne pas de dépendance physique. Il est cependant possible que les produits que vous consommiez avaient également une fonction « relaxante » et que celle-ci n'étant plus remplie vous soyez plus tendue. Cette tension pourrait également avoir des effets sur votre état de santé.

Vous indiquez avoir effectué des examens radiologiques mais vous ne dites pas si ceux-ci avaient été prescris par votre médecin au vu des symptômes que vous nous décrivez.

Si ce n'était pas le cas, nous vous suggérons de lui en parler. Il pourra vous éclairer et traiter ces douleurs ou vous réorientera chez un spécialiste si nécessaire.

Quant à votre mari, dans l'idéal, il serait préférable qu'il ne vous expose pas à ses consommations pour ne pas contribuer à vous tenter même si, nous le soulignions, vous semblez très bien vous en sortir par rapport à vos envies. Il vous appartient à tous les deux d'en parler pour voir quelle attitude tenir face à ses consommations.

Si vous avez encore des interrogations ou si vous souhaitez une première écoute, un soutien ponctuel, vous pouvez nous appeler au 0800 23 13 13 (Ligne de Drogues Info Service, gratuite et anonyme depuis un poste fixe, tous les jours entre 8h et 2h du matin).

Bien cordialement.