© Drogues Info Service - 9 septembre 2026

Forums pour les consommateurs

L'arrêt du THC

Par Profil supprimé Posté le 10/04/2019 à 06h32

Depuis mon arret, je trouve plus aucune motivation. Ce qui est bizarre quand on ma parler d'arrêter et les bien faits que ça allais m’apporter. J’etait plus motiver a aller bosser avec ma consommation que sans. Je suis dans un état désagréable d’anxiété. J’ai des sueurs la nuit, je dort mal et quand je me leve tout me parait ennuyant. Ca fait 8 jours que j al arrêter le THC pour préciser. Je ne sait pas comment gérer ses sensation . Merci de le lire et peut etre allez vous m’aidez .? Bonne journee a vous .

3 réponses

Moderateur - 10/04/2019 à 10h33

Bonjour Bryan,

Je vous confirme qu'à terme vous allez être plus motivé et même que vous aurez d'autres bénéfices. Cependant, présentement vous mettez un peu la charrue avant les bœufs. 8 jours d'arrêt c'est court et si vous avez tous ces symptômes, fréquents lors de l'arrêt du cannabis, c'est étiez/êtes bien accro.

Je vous invite donc à résister et à être patient. Les premiers symptômes vont commencer à s'estomper rapidement maintenant mais comptez globalement 3 semaines à 1 mois pour retrouver toute votre énergie.

Cependant, si vous ne constatez pas d'amélioration, si votre anxiété (normale au début) augmente ou des sentiments dépressifs apparaissent et semblent s'installer, alors cela voudra dire qu'il faudrait vous faire aider par un professionnel. En première intention vous pouvez consulter votre médecin. Parfois certains médicaments pris temporairement permettent de passer le cap difficile. Vous pouvez aussi vous adresser à des professionnels des addictions dans le cadre d'un CSAPA (Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie). Drogues info service peut vous donner les adresses si nécessaire. Mais nous n'en sommes sans doute pas encore là.

Pour l'instant donnez-vous encore du temps pour commencer à apprécier un changement positif grâce à votre arrêt.

Nous restons à votre écoute.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 10/04/2019 à 10h45

Je vous remercie déjà de prendre le temps de me répondre.
Je m’en passe assez facilement a vrai dire, c’est les sensation du sevrage qui sont assez désagréable (sueur quand je me lève, du mal a trouver le sommeil etc.. l’envie de fumer en elle même n’est pas tres présente

Profil supprimé - 10/04/2019 à 15h05

Bonjour moi j'ai arrêter le 05 janvier 2019 après de nombreuses années consommateur régulier suite a une suspension de permis et aujourd'hui je vais beaucoup mieux bon encore dans mes démarches je doit le récupérer le 14 mai et j'ai effectué premier analyses d urinaire toujours positif mais je ne comprends rien avec leur thème pas facile a comprendre a quoi cela correspond.c marquer dépistage de cannabis positif . méthode bio rad tox/sée Drug screen : test seuil de détection 50ug/1 - urine- je vous remercie de votre réponse .