VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

PROBLÈME APPÉTIT CANNABIS

Par Profil supprimé Postée le 17/12/2019 15:15

Bonjour. Ces derniers temps il m'est difficile de manger si je ne fume pas d'herbe. J'ai faim mais au bout de 2 bouchées je n'arrive plus à manger j'ai limite envie de vomir alors que je sais que j'ai besoin de manger.. Donc je ne termine jamais mon assiette et ça peut être compliqué car manque d'erniegie. Mais un fois que je suis défoncé l'appétit revient. J'ai l'impression que mon corps s'est trop habitué à manger sous influence. Ça m'était déjà arrivé mais ça aller, je faisais +de repas mais avec des quantités réduite. Jai 23 ans et je fume régulièrement depuis presque 8 ou 9 ans. Il peut m'arriver de fumer beaucoup.
Je me sens fatigué de tout ça en ce moment et j'aimerais arrêter de consommer comme je le fait. Je suis très sociable mais des que je fume je me coupe avec le monde. Je peux rester 3-4 j enfermé chez moi à fumer et à être dans une bulle. Je sors juste pour faire des courses et aller chercher de l'herbe si besoin et une fois cette phase passer je peux de nouveau me bouger et c'est souvent dans ces périodes que l'appétit vient à manquer.
Alors voilà si vous avez des conseils pour commencer un sevrage (sachant que je fume quotidiennement et que ça doit faire quelques années que je suis défoncé tout les jours) même quand je travails je vais fumer le soir en rentrant mais jamais au boulot. J'ai une très forte depandence mais je suis aussi pragmatique et loin d'être idiot donc je suis prêt à faire des efforts si je peux retrouver une santé physique et mentale

---

Mise en ligne le 20/12/2019

Bonjour,

Concernant la question de l'appétit, parmi les effets somatiques observés à la consommation de cannabis, une augmentation de l'appétit est fréquente ; le delta-9-tétrahydrocannabinol, principale composante psychotrope de Cannabis étant un stimulant de l'appétit.

Au-delà de cette question, nous entendons votre volonté de vous libérer de cette consommation régulière et ancienne. S'il est possible d'arrêter seul (voir lien ci-dessous), il est important d'anticiper les effets au sevrage afin qu'ils ne viennent pas s'imposer comme un frein à l'arrêt. Pour vous aider, nous vous indiquons en bas de message un lien qui vous donnera des pistes.

Il est également possible de vous rapprocher d'un professionnel de santé spécialisé sur la question des addictions afin d'être aidé et soutenu dans la démarche.

Pour cela vous pouvez vous rapprocher d'une consultation individuelle, confidentielle et gratuite dans un Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Nous vous joignons un lien ci-dessous. Vous pourriez y faire un bilan de consommation, y évoquer votre volonté de vous en libérer, aborder la question de l'alimentation, et être soutenu dans la démarche si besoin.

Si vous souhaitez évoquer la question sous forme d'échanges, vous pouvez nous contacter de façon anonyme et gratuite 7 jours sur 7 au 0 800 23 13 13 de 8h à 2h ou par chat de 14h à minuit.

Bien cordialement

POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES :

CSAPA 37 TOURS-CENTRE

26, rue de Richelieu
37000 TOURS

Tél : 02 47 47 91 91
Site web : www.chu-tours.fr/
Accueil du public : Lundi au vendredi de 10h à 16h30
Consultat° jeunes consommateurs : Consultations sur rendez-vous du lundi au vendredi, notamment les mercredi. Consultations à la maison des adolescents sur demande.
Substitution : Délivrance des traitements de substitution pour les patients suivis.
Service mobile : le lundi et vendredi de 9h à 17h. Les mercredis en semaines paires de 9h à 17h. sur rendez-voius
Secrétariat : Lundi, mardi, mercredi et vendredi de 10h à 12h30 et de 13h30 à 16h30 et le jeudi de 13h à 16h30

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Arrêter comment faire
- arrêter seul
- se faire aider