© Drogues Info Service - 12 octobre 2026

Vos questions / nos réponses

Boulimie, arrêt de cannabis et perte d'appétit

Par Profil supprimé Postée le 24/12/2019 18:43

> Bonsoir, je suis boulimique depuis 3 ans et je fume du cannabis depuis 2 ans (pendant mes crises) entre 6 et 8 joints /semaine. J'ai décidé d'en finir avec ces bêtises et j'ai aussi compris que si je voulais arrêter la boulimie il fallait commencer par arrêter le cannabis. Avec les fêtes j'en ai profité pour me sevré.
>
> Donc j'ai pas fumé depuis le 18 décembre donc que mon sommeil soit très perturbé c'est normal mais ce qui m'inquiète c'est ma perte d'appétit qui a commencé vendredi / samedi , je mange vraiment très très peu. 400gr de ravioli et je suis au bout de ma vie alors que normalement j'aurai du avoir des crises de boulimies.
>
> Pour en venir a ma question, dois je m’inquiéter ? Jusqu"à combien de temps cette perte d’appétit peu durée ?
>
> Merci.

Mise en ligne le 27/12/2019

Bonjour,

Tout d’abord, nous tenons à vous encourager dans votre démarche d’arrêt du cannabis. En effet, les symptômes associés au sevrage peuvent être très difficiles à vivre pour certaines personnes et représenter un frein à l’arrêt.

Vous nous parlez notamment de votre sommeil perturbé et d’une perte d’appétit. Ces effets peuvent faire partie du sevrage, qui dure en moyenne entre une et quatre semaines. Nous vous joignons la fiche informative sur le cannabis en fin de réponse où vous trouverez les symptômes ressentis dans la rubrique « dépendance ». Il est parfois nécessaire d’avoir une aide extérieure quand les symptômes deviennent trop importants. Il est important durant cette période de faire des choses qui vous détendent et qui vous font du bien, telles que de la marche, de la relaxation, des sorties entre amis…

Il n’est pas rare que les personnes ayant eu une consommation régulière de cannabis ressentent une perte d’appétit en arrêtant. Mais cela ne perdure pas dans le temps, et votre appétit devrait progressivement revenir.

Par ailleurs, il existe des structures spécialisées en addictologie, dans lesquelles vous pouvez rencontrer des professionnels, si vous le souhaitez, ce sont les CSAPA (Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Des médecins, des psychologues ou encore des travailleurs sociaux reçoivent les personnes ayant un problème de dépendance et ayant des questions ou besoin d'une aide extérieure. Les consultations y sont gratuites et confidentielles. Vous trouverez des adresses de lieux près de chez vous dans la rubrique « adresses utiles » de notre site, dont nous vous mettons le lien ci-dessous.

Il existe également une ligne d'écoute et un site internet regroupant des adresses de structures spécialisées pour les personnes ayant des troubles du comportement alimentaire. Voici leur numéro de téléphone : 0 810 037 037 (service anonyme et prix d'un appel local). Des spécialistes des troubles des conduites alimentaires, comme des médecins et des psychologues, répondent à vos questions entre 16h et 18h les lundis, mardis, jeudis et vendredis et sont là pour soutenir et orienter. Vous trouverez de plus amples informations sur leur site internet, via le lien ci-dessous.

Enfin, nous restons à votre disposition si vous souhaitez échanger davantage sur votre situation avec un de nos écoutants. Soit par téléphone, tous les jours, de 8h à 2h du matin au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) soit par Chat, 7 jours sur 7, de 14h à minuit.

Bien à vous.

En savoir plus :

- Fiche sur le cannabis
- Adresses utiles du site Drogues info service
- Anorexie boulimie info écoute