

Vos questions / nos réponses

## Arrêt cannabis

Par [T28ea](#) Postée le 15/04/2023 09:28

Bonjour, J'ai fumé du cannabis pendant 7ans, cela fait maintenant 9 mois que j'ai arrêté. Durant ces années où je consommais j'avais très peu d'appétit et était vite calle durant les repas. Mais depuis que j'ai arrêté c'est tout le contraire. Je suis obnubilé par la nourriture et prit 10kilos. Je voulais donc savoir si cela était en lien avec l'arrêt de ma consommation ? Et est ce que avec le temps ça va réussir à s'arranger

---

**Mise en ligne le 19/04/2023**

Bonjour,

*En raison d'un nombre important de sollicitations, notre délai de réponse est quelque peu allongé. Nous vous demandons de bien vouloir nous en excuser.*

L'arrêt de consommations régulières de cannabis peut occasionner divers symptômes pendant la durée du sevrage dont des troubles de l'appétit. Généralement, l'usage de cannabis a tendance à ouvrir l'appétit, provoquer des « fringales ». A l'arrêt, on entend plus souvent parler d'un manque d'appétit pouvant conduire à un amaigrissement. Mais chaque personne est différente, il est donc possible que pour vous ces manifestations soient inversées.

Lorsqu'un symptôme est strictement lié au sevrage, il ne s'installe pas dans le temps, il va se dissiper puis disparaître au bout de quelques semaines. Dans votre cas, cela fait 9 mois, ce qui paraît long pour continuer à attribuer à l'arrêt le fait d'être « obnubilé » par la nourriture. Une hypothèse pourrait être que vous avez compensé par la nourriture ce que vous procurait le cannabis : calmer des angoisses, combler l'ennui, remplir un vide, dissiper un mal-être... Vous seul pourriez dire s'il y a une transposition entre la fonction du cannabis et celle de la nourriture. Sans que nous puissions dire si c'est votre cas, ces phénomènes de compensation sont assez courants dans les conduites addictives.

Nous ne savons pas si cette situation est problématique à vos yeux, si ce que vous vivez relève d'un trouble des conduites alimentaires. Si cette question se pose, peut-être pourriez-vous vous rapprocher de la FFAB (Fédération Française Anorexie Boulimie) et ainsi être éclairé. Vous trouverez en bas de message un lien vers leur site internet.

Bien à vous.

---

**En savoir plus :**

- ["FFAB"](#)