

Forums pour les consommateurs

# Arrêt total du cannabis après avoir fumé à forte dose pendant 50 ans

Par lamanon Posté le 19/11/2025 à 14h48

bonjour , je viens ici témoigner de mon arrêt du cannabis après avoir fumé 50 ans à forte dose ( plus de 10 grammes tous les jours ) J'ai maintenant 70 ans .

J'ai arrêté net sans aucune aide depuis 2 - 3 mois suite à la répression intense que subissent actuellement les points de deals . Les Policiers ou gendarmes sont maintenant présents à tout moment .

Alors la crainte de l'amende à 200 euros , la perte de mon permis et de ma voiture lors des contrôles sur les points de deals ainsi que dans tous mes déplacements , ajouté et cela l'assurance voiture ne fonctionnait pas en cas d'accident . La prise de conscience que le produit restait visible dans mon corps pendant plusieurs jours voir des semaines a fait que j'ai eu peur d'un contrôle avec test stupéfiant .

J'ai pris conscience également que ma prise de poids énorme notamment dans la région du ventre , était certainement dû à la faim incessante que me procurait le cannabis , mon quotidien était fait de joints suivis de grignotages , et de suite après avoir mangé je refumais un joint et ce tout au long de mes journées .

J'ai passé des examens médicaux concernant mon ventre gonflé et rien n'a été trouvé . J'en ai déduit que soit je mangeais trop à cause des joints , soit le cannabis me faisait gonfler mon ventre ( à ce sujet si vous avez des témoignages je suis preneuse ) .

Le manque après mon arrêt s'est ressenti les 3 - 4 premiers soirs et puis plus rien . Il faut dire que parallèlement j'ai repris le sport avec beaucoup plus d'énergie qu'avant ( marche rapide avec les bâtons nordique une heure tous les matins )

Je précise également que longtemps j'ai cru que le cannabis m'avait développé un fort sens de l'humour , et après avoir totalement arrêté , je me suis aperçu que mon humour au quotidien faisait partie en fait de ma personnalité et n'avait rien à voir avec la prise de cannabis .

Et pour finir ( j'avais au court de mes 50 ans de drogue arrêté 2 - 3 fois quelques temps puis reprises après ) Et chaque fois que j'avais arrêté comme cette fois-ci que je sais définitive , c'était avant tout car j'en avais marre d'être dans les vaps et de ne rien faire d'autres .

Si je fais mon bilan aujourd'hui , je constate que mes premiers joints quand j'avais 20 ans , étaient des joints festifs entre potes ( et tout les autres depuis 50 ans je les ai fumés en solo chez moi comme une andouille voilà . Je parle bien de joints hypers dosés toute les heures , tous les jours pendant 50 ans . Alors si vous avez des questions sur mon arrêt brutal et définitif , n'hésitez pas !!!

## 2 réponses

---

sam1789 - 19/11/2025 à 19h58

Bonjour lamanon,

Je trouve ça assez fascinant ton témoignage car il nous montre l'inégalité des réactions selon les personnes, tu

as fumé 10g par jour mais comment pouvais tu financer ça? Je ne fume "que" 10g par semaine et mes différents sevrages ont été un enfer. Quand tu dis que le manque se faisait ressentir les 3-4 premiers jours, peux-tu m'en dire plus sur tes symptômes? Est-ce que tu consommais de l'herbe ou du shit? J'ai l'impression qu'il y a peut-être un lien entre le taux de THC et la violence du manque mais je ne suis pas médecin, je consomme de l'herbe très forte (entre 15 et 22% de THC) et je prend tellement cher quand j'arrête!! Et ça dure des semaines avant d'arriver à retrouver un état plus ou moins acceptable, je viens juste de poster un fil avant de te répondre et mon dernier sevrage en date (j'en suis au 5e jour) est juste infernal: troubles de l'humeur, grande irritabilité crises d'angoisses, sueurs, plus du tout d'appétit, troubles du sommeil et mes proches vivent un enfer car je peux exploser à n'importe quel moment.  
En tout cas un grand bravo, c'est super courageux ta démarche et si tu as des conseils je suis preneur évidemment.  
Bonne soirée

lamanon - 20/11/2025 à 14h53

coucou Sam , ma réponse de ce matin n'est pas passée ( mauvaise manip sans doute )  
Je pense que tu perds ton temps a calculer un hypothétique lien entre les taux de THC , l'herbe ou le shit ; la dose que tu prenais et la mienne . J'ai connu les années avec les taux de THC très bas et ces dernières années où il est au plus haut ( donc arrêtes de comparer en croyant que j'aurai moins fumé que toi ce qui m'aurait aidé a arrêter plus vite ( jamais dans ta vie tu n'auras fumé tout ce que je me suis envoyé .  
Le déclic tu l'as eu donc tu reconnais que tu en avais ras le bol ( tu as fait 80% du boulot .  
Le reste faut le gérer . Quand tes angoisses arrivent , la sueur , l'irritabilité et ce que tu fais subir a tes proches , tu sorts dehors et tu bouges , tu marches de plus en plus rapidement et de plus en plus loin ( bref tu fais du sport ) et tu trouveras la récompense de l'effort ( dopamine et sérotonine ) le plaisir d'avoir vaincu ton manque . Tu dis être prêt a exploser , alors exploses tout seul en te bougeant a l'extérieur ( tu verras de suite le bénéfice ) et tu auras faim c'est sur . Un soir tu peux pas t'endormir , bein tu te lèves et tu vas marcher dehors sur des kilomètres en marche rapide et tu verras que tout rentrera dans l'ordre . Courage t'a déjà fait le plus dur !!!