Vos questions / nos réponses

# Sevrage cannabis

Par Bourdon01 Postée le 08/08/2026 10:15

> Voilà bientôt 2 semaines que jais arrêté le cannabis, mais chaque matin je me réveille ultra fatigué la tête embrumé en incapacité de faire quoique ce soit, cela me pénalise énormément pour aller travailler. J'aimerais savoi

---

**Mise en ligne le 10/08/2026**

Bonjour,

Il nous semble que votre question ai été envoyée avant d'être complete. Nous allons tenter de vous donner quelques informations à partir de votre message mais n'hésitez pas à nous réécrire pour plus de précisions.

Nous sommes également joignables par téléphone ou par tchat. Nous répondons au 0 800 23 13 13, tous les jours de 08h à 02h. Les appels sont anonymes et gratuits. Le tchat est accessible depuis notre site internet, du lundi au vendredi de 14h à 00h et le week-end de 14h à 20h.

Lors de l'arrêt du cannabis, il est fréquent de ressentir certains symptômes, notamment durant les deux premières semaines. Les difficultés d'endormissement, les réveils nocturnes, les cauchemards, le sommeil non réparateur font partie des symptômes les plus courants au moment du sevrage. Ce que vous ressentez est donc normal mais nous comprenons que cela soit gênant pour le travail.

En général, les difficultés de sommeil diminuent progressivement à partir de la deuxième semaine d'arrêt du cannabis. Vous devriez donc retrouver du repos d'ici les prochains jours.

Nous espérons avoir répondu à votre question et restons disponibles pour compléter ces informations. Bonne fin de journée à vous,

Bien cordialement,

---