

Vos questions / nos réponses

Prise de poids après l'arrêt du cannabis

Par [Profil supprimé](#) Postée le 08/06/2015 16:44

J'étais une consommatrice régulière de cannabis pour m'aider à dormir. cela faisait 10 ans que je fumais la moitié d'un joint par soir avant d'aller dormir. (je ne fumais pas en dehors)
J'ai réussi à arrêter il y a 6 semaines sans problèmes (je suis suivie par une psychologue tcc qui travaille sur l'anxiété). J'ai deux questions : combien de temps cela prend-il pour que le cannabis ne soit plus dans le corps et cela peut-il entraîner une prise de poids (je suis suivie également pour mon poids et depuis l'arrêt et malgré un régime assidu et du sport je ne perds pas un gramme alors que cela marchait auparavant) Mon médecin ne comprend pas et je n'ai pas osé lui parler du cannabis.
Merci d'avance pour votre réponse

Mise en ligne le 09/06/2015

Bonjour,

Le cannabis est effectivement une drogue que beaucoup de personnes peuvent arrêter sans grande difficulté, même après des années de consommation, et vous en faites visiblement l'expérience. Le suivi psychologique que vous avez décidé de mettre en place n'y est probablement pas pour rien.

Nous ne comprenons pas bien ce qu'interroge votre première question. Si cela concerne les délais de dépistage du cannabis, il se détecte jusqu'à un maximum de 70 jours dans les urines chez un fumeur régulier (plusieurs joints par semaine) et jusqu'à 8 heures dans le sang. Ces durées de positivité ne veulent pas dire que le produit reste actif et continue à procurer des effets. Ces effets, eux, durent en moyenne 2 à 4 heures quand le cannabis est fumé, 4 à 6 heures quand il est ingéré.

Concernant votre deuxième question, le cannabis est plutôt connu pour stimuler l'appétit, on en dit même communément qu'il provoque des « fringales ». Il est d'ailleurs utilisé à des fins thérapeutiques chez des patients souffrant de nausées, vomissements, pertes d'appétit provoqués par de lourds traitements médicamenteux. Il est peu probable que l'arrêt de vos consommations occasionne une prise de poids. Nous vous encourageons donc à ne pas relâcher vos efforts et vous souhaitons bonne continuation dans toutes vos démarches.

Nous nous tenons bien sûr à votre disposition si d'autres questions se posent quant à l'arrêt du cannabis. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe), au 01 70 23 13 13 (appel non surfacturé depuis un portable) ou encore par Chat.

Cordialement.
