© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Symptôme arrêt du cannabis

Par Profil supprimé Postée le 29/08/2018 08:50

> Bonjour, j'essaye d'arrêter le cannabis (cela fait 11ans que je fume) et je ressent des douleurs au ventre comme si j'étais barbouillé et un peu la nausée, je n'ais pas manger depuis 2jours (depuis l'arrêt) je prend des spasfons pour calmer la douleur mais j'aimerai savoir si ça a un rapport avec mon arrêt et si il y a d'autres astuces pour éviter de prendre des médocs. Merci

---

Mise en ligne le 30/08/2018

Bonjour,

Vous êtes en sevrage de cannabis depuis quelques jours, et vous ressentez des maux de ventre, nausées et une perte d'appétit. Vous souhaiteriez ainsi avoir plus d’informations sur le sevrage et sur la façon de vous soulager.

La dépendance au cannabis est principalement psychologique. Toutefois, son arrêt peut générer divers symptômes tels que ceux que vous décrivez. Ils sont en majeure partie liée à des perturbations émotionnelles de type troubles anxio-dépressif. Le corps peut alors exprimer de diverses façons ces perturbations. En général, ces manifestations peuvent être présentes dans un délai d’une semaine à un mois.

Vous devez ainsi être patient et prendre soin de vous durant cette période (bonne hygiène de vie, relaxation, activité de loisirs et de détente, ….). Votre mode de vie et le temps feront que les symptômes s'atténueront petit à petit. Même si le fait de manger vous paraît difficile, vous devez essayer d'ingérer des aliments en petite quantité de façon régulière afin de réhabituer votre estomac à la nourriture.

Toutefois, si vos symptômes venaient à s’intensifier ou devenaient trop invalidants par rapport à votre quotidien de vie, sachez que vous pouvez obtenir un accompagnement et des conseils auprès d’un CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Les consultations y sont gratuites et confidentielles et sont assurées par divers professionnels de santé tels que des psychologues, médecins, …. Vous trouverez ci-dessous leurs coordonnées des CSAPA proches de chez vous.

Pour toutes autres questions ou pour un soutien, sachez que nos écoutants sont joignables soit par téléphone au 0800231313, tous les jours de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit, soit par Chat, via notre site internet www.drogues-info-service.fr, tous les jours de 14h à minuit.

Cordialement

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :

CSAPA Puget Corderie

2, boulevard Notre-Dame
13006 MARSEILLE

Tél : 04 91 54 70 70
Site web : ch-edouard-toulouse.fr/ou-consulter/centre-puget-corderie
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 17h
Secrétariat : du lundi au vendredi de 9h à 17h
Substitution : Unité méthadone du lundi au vendredi de 9h à 11h, sauf jeudi de 12h à 13h

Voir la fiche détaillée

Centre des Addictions de l'hôpital Sainte Marguerite

270, boulevard Sainte-Marguerite
13009 MARSEILLE

Tél : 04 91 74 40 89
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 16h15, (seul le CAARUD est fermé le mercredi matin)
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 17h
Substitution : Unité Méthadone : le matin de 9h à 13h du lundi au vendredi

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service