

Vos questions / nos réponses

Jai arrêter le cannabis depuis 1 semaine et 2 jours

Par [Profil supprimé](#) Postée le 28/08/2018 17:33

Bonjour à vous

Voila cela fait 1 semaine et 3 jour que j'ai stopper la fumette depuis 1 age de mes 15 ans je fume tout les jours. Je ne fume pas au travail car je déteste ne pas être moi même sur les chantiers. Cela mais arriver une fois plus jamais jai recommencer. Le problème ses des que j ai finie,que je soit cher moi,dehor en soirée ou autre on sort les slim et boom. (J'ai arrêter les douilles il y a quelque années car je cracher du sang) mais jamais arreter les joins. Justement j'ai augmenter énormément.

Et la il y a donc peut j'ai décider de tout stopper car oui en 11 ans de fume je n est jamais eu de pénurie. Au contraire je trafiquer dedans jusqu'à ce beau jour ou mon collègue à eu quelques galère du coup 1 jour 2 jour 3 jour et la 1 semaine jai réaliser que enfaite oui ca me manqué,mais ça ma tellement énervé que jai tout envoyer chi... jai fait le point dans ma tête j'ai dit stop. Cela a ruinée ma jeunesse,je me rappele mes 15 ans ou que on était venue à la salle de gym me voir moi,mon entraîneur,et mes parents pour rentrer au pôle espoirs et faire carrière dans la gymnastique j'ai tout envoyer bouler pour rester avec les collègues a fumer le join qui ma apportée que des enmerde. Pas niveau justice car j en avais et j en est toujours rien à péter de ça mais d'autre problème plus grave .. quand certains fond les morts (pour les connaisseur) et que de l argent rentre pas je vous laisse deviner comment ça tourne .. mais même avec tout ça j'ai continuer continuer sans même penser d'arrêter au contraire je me suis endormie le cerveaux pour tout oublier . Oublier aussi tout les autres problèmes de la vie.

Mon problème aujourd'hui n est pas trop le manque oui oui après 11 ans non stop ça va jy pense pas trop !!! Comme jai dit j ai fait le point dans ma tête je suis déterminer.

Part contre j'ai grave augmenter le tabac je ne dort plus je transpire je suis un peut sur les nerfs de temp en temp mais sa je le corrige assez vite directement .

Honnêtement part contre deux chose qui mon fait toute bizard ses assez marrant mais bon . La premier ses que depuis 6 ans je me coucher vers 23h et je me lever tout les jours même le week-end à 6h du matin 1 heure ou je me lève pour le boulot d'habitude mais attention plus besoin de réveil tout les jours je suis réveiller vers 5h45 5h50 . Pk ? Ce lever et fumer un join direct ? Pour moi oui c'était ça ses pas ce dire tien aller je prend les 2 chiens et on va quelque part. Nan nan je me lève café slim et boom 1 2 3 4 joins alors jusqu'au soir je vous dit pas hein !!! Part contre la même si ses dure pour m'endormir sa fait plusieurs matin ou je dort jusqu a 10h 11h ça me fait vraiment bizard je vous jure lol et je suis fier de moi ses con mais voila .. Je me lève le matin jai pas la fleme je suis motiver direct cette sensation aussi et très bizard.. La deuxième chose qui mes arriver et cela avant hier jai fait un rêve lol il était pourrie et sans logique de ce que je me rappelle mais j'ai rêver quoi ...

Franchement je suis fier de moi déjà d'arriver là . Si je tien le coup des 4 5 mois je me suis aussi promis d'arrêter le tabac car oui en plus de ça je fume un paquet de clope par jour... 8e tout les jours sur le mois ça fait mal (rien que en tabac hein) on compte pas le reste de chichon par mois même avec les meilleurs taro du marcher que jai sans me la jouer ...

Voilà un peut mon ressentie de mes 1 semaine et 3 jour,je suis désolé pour les fautes l'école na jamais été mon point fort lol si l'histoire geo et le sport mdr (petite trêve de plaisanterie)

Pour finir je pence que chaque personne doit faire le point dans ça tête et après commencer les étapes de sevrage qui son plus dure que d autre . Moi ses l insomnie à certains moment d autre le manque etc ..

Celui qui a réellement envie de stopper force à toi lache pas et ne reste pas tout seul entoure toi de monde (pas qui fume un rnat a coter hein) nan nan surtout pas ca !!!! et si tu à besoin de parler car oui cela peut aidez grandement dans ce combat de tout les jours de parler je suis là pour parler ensemble de notre combat .

(Attention ce qui en fume pour moi sont pas pire que les fumeur de clope ou autre car le tabac ses de la grosse merde aussi et ça ses légale hein et ses de la grosse merde aussi je trouve pire car le joins sa te relax ou fait oublier mais alors le tabac ses la ou que tu vois que tout ce que on se fou dans le corp ses de la merde.

Enfin voila jai parler avec le coeur avec ce que j'ai vécue et vie en ce moment force à toi qui prendra le temp de me lire

Mise en ligne le 30/08/2018

Bonjour,

Votre témoignage est touchant et très encourageant pour les personnes qui souhaiteraient mettre un terme à leur consommation. Nous ne pouvons que saluer votre décision de mettre un terme à la vôtre suite à une prise de conscience du déséquilibre entre bénéfices/inconvénients.

Les effets que vous décrivez font effectivement partis de ceux observés au moment du sevrage du cannabis tels que les troubles du sommeil, (difficultés à s'endormir, rêves intenses, cauchemars, fatigue,...).

Vous avez posté votre message sur un service qui s'adresse à des professionnels, il sera visible sur notre site mais vous pouvez si vous le souhaitez le poster sur la rubrique "témoignages", plus visible pour les personnes en recherche de ce type de témoignages, nous vous joignons un lien ci-dessous.

Si vous le souhaitez, vous pouvez nous contacter de façon anonyme et gratuite au 0800 23 13 13 tous les jours de 8h à 2h ou par chat via notre site.

Cordialement

En savoir plus :

- [Témoignages Drogues info service](#)