FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

PROJET D ARRÊT DE CONSOMMER L'HÉROÏNE

Par aeris Posté le 20/01/2021 à 18h19

Bonjour, me présente, Fabrice 48 ans, je suis ici pour vous parler de ma conso d héroïne et de mon parcourt dans cette drogue, je souhaites aussi mettre fin à ma conso.

Sa fait 3 ans que je consomme de l héroïne en sniff uniquement .

2 ans : Ma conso fut occasionnellement, envierons 10 jours dans le mois... Je consommer 1 gramme en 10jrs.
1 ans : Ma conso est devenu quotidienne durent 12 mois, surtout durent le confinement, c'est là que j'ai commencer à consommer de manière répétitif en faisant souvent des arrêt de 7 jrs. Mais je rechuter du au Craving..l envie..

Aujourd hui j ai pris la décision de mettre fin à ma conso, il me reste 0.40 gr d hero que je compte finir en espacent les prises le + possible..
Normalement j en est pour 2 jours...
Je vais consommer 1 raille le matin et 2 le soir après le boulo.

Dans 2 jours je reviendrais vers vous pour commencer ma cure que souhaites faire avec du valium 10 mg et du Thé vert + Canabis...

on se revois dans 2 jours bn soirée..

18 RÉPONSES

aeris - 21/01/2021 à 22h50

Voilà, je viens de priser mon dernier rail d hero, à partir de là...Je n'est plus rien.

Ma conso fut de 0.25/jrs durant 1ans, pour ceux qui on une connaissance sur l'échelle du manque..

Je ne sais pas si je vais développer un manque comme une personne qui consommerais 1 ou 2 gr/ jrs..

Je verrais ca d'ici 24h^^

Heureusement que j ai 22 pilules de valium de 10mg, car je n'est que ca pour mon sevrage, je vais faire avec...

A demain les ami(e)s...

aeris - 22/01/2021 à 12h35

Bonjour les Loulous

Voilà , je viens de lever mon cul de mon pieux et me sens mal comme au fond d1 trou tellement sa va pas,

j ai 1 envie, en rechercher chez Morille un vendeur que je pourrais joindre en montent dans un bus et descendre 3 arrête plus loin , j'ai aussi 800 euros en espèces sur moi..

Mais je vous garantie , je n'y retournerais pas...

Là suis en 1ere étapes, les premières sensation du manque, sueurs *- angoisses- un peu de nausée , mais le Nauzeelib que je prend me fait un grand soulagement un niveau bide..

Pour l instant je n'est pas mal au dos , juste mes jambes un peu lourdes et fatigués, mais je pense que c est lze corps qui récupere.....

Moi mes symptômes sont des angoisses profondes sur mon passé et mes échecs sentimentaux..

Je suis aussi un hyper sensibles, donc suis un gars qui penses beaucoup et sa me donne des angoisses...

Je viens de prendre 1 Valium avec 1 café soluble '(ricoré)..

Mnt je vais essayer me distraire pour la journée promener et oxygéner mon cerveau, me sens si fatigué..

L amour est un bon remède pour s'en sortir.. Sa libéré bcp d endorphine dans notre cerveau.

Je reviens vers vous ce soir 19h , donner mes état que je serais.

a + tard...A suivre.

Lfox - 22/01/2021 à 16h50

Bonjour Aeris,

Je te souhaite bon courage dans ton sevrage, j'espère que tu tiendras le coup. Donne nous de tes nouvelles!

A bientôt

---

aeris - 22/01/2021 à 18h16

Merci pour ton soutien Lfox, sa fait plaisir

Sa fait 15 hrs que je n'est plus rien consommer, j'ai dormis cette après midi.

Symptômes : pas de diarrhées - pas de vomissements - ni douleur dos ou jambes, juste un peu l'impression d'être au fond d'un trou + des angoisses et désorientation..... il est temps pour moi de prendre 1 Valium.

A …Bientôt dans quelques heures...

Nadine - 22/01/2021 à 22h39

Courage à toi ou en es tu ?

---

aeris - 24/01/2021 à 11h06

les modé ne donne pas suite de mes messages ???

Moderateur - 25/01/2021 à 09h39

Bonjour aeris,

Les messages du weekend ne sont validés que le lundi matin, d'où ce retard.

Courage à vous.

Cordialement,

le modérateur;

Lfox - 25/01/2021 à 10h48

Salut Aeris,

Comment vas tu? Tu tiens le coup?

TG - 26/01/2021 à 09h31

Salut Aeris,

J'ai arrêté le 20 janvier...j'ai 41 ans dans 3 jours !
Je consommais depuis beaucoup moins longtemps que toi, c'est à dire depuis 4 mois 1/2, et environ plus ou moins 1g / jour, que je fumais en alu...

Les 1ères 48h, un ami consommateur m'a fourni 2 gélules de méthadone 20mg pour ne pas être malade...
J'avais déjà été malade 1 journée, contre ma volonté et c'était vraiment atroce.

Cette fois-ci, aucun problème niveau nausées / diarrhées / suées grâce à la metha.

Bon par contre, les jours qui ont suivi ont vraiment été dur physiquement...
Aucune pêche, jambes lourdes, déprime, pas faim, insomnies, syndrome des jambes sans repos,....

Mais chaque jour je me disais que demain ça ira mieux...Et c'est le cas !

Hier j'en ai parlé à ma femme, qui n'était pas au courant de mon probleme....j'ai préféré lui en parler une fois le processus lancé !

Elle est spécialiste (amateur) en plantes et homéopathie...et j'avais besoin de ces connaissances pour finaliser ce que j'avais entrepris seul.

Depuis hier c'est cocktail en tout genre, et marche rapide hier après-midi pour activer la circulation sanguine des jambes et calmer cette horreur de jambes impatientes qui me gâche les nuits depuis jeudi dernier.....

J'ai enfin presque fait une nuit complète, seulement été pisser 2 fois car j'ai bu énormément d'eau et d'infusion hier....
Mais ce matin c'est mieux qu'hier, et demain le sera également....

J'ai moins d'idées noires, mais je le prend en pleine face ce que j'avais essayé d'enfouir, le décès soudain de mon papa en juin dernier....
Et ça c'est pas facile

Je me tâte à aller voir médecin pour des anxyo histoire de calmer un peu les images qui tournent dans ma tête et m'apaiser....

De ton côté ça donne quoi ?

@ +

---

aeris - 27/01/2021 à 14h03

desolé tt le monde, mais les modé ici ne m aimes pas...

ils ne donne pas suite à mes messages

sorry

---

aeris - 27/01/2021 à 14h34

bah voilà

Je remet mon post qui na pas étais transmis par les modés

Ce week end , j ai vécue un gros calvaire, diarrhée - douleur dans le fois avec sensation de coups de couteaux.. j ai vomi au moins 50 fois..

- Valium 2 comp 10 mg/ jrs - du Nauzeelib - du Lopéramide 2mg - Dolprane et du Spasfons en comp...

Tisane thé vert...

Je peut vous assurer que ni douleur dans les jambes ni douleurs dans le dos ni bobo tète, cetais sur mon foie que le manque taper...

Samedi à Mardi j ai dormi de façon etrange.... je dormais comme reveiller, avec des sequences qui tournais en boucle, vous voyer ?

Cette nuit j ai bien dormis.. pour la 1ere fois depuis samedi...

Je prend 1 comprimé de valium 10 mg le soir avant de dormir

le + étranges là dedans , en pensent à l héroïne, sa me file là gerbe et mon foie fait gloupgloup...bizarrre non ???

je nest lus envie d heoine.... sa fait 5 jrs mnt...

Je repasserais vous donner de mes news..

bises

Moderateur - 27/01/2021 à 14h47

Bonjour Aeris,

Il peut arriver parfois que certains messages ne nous parviennent pas. Notamment lorsque le système vous déconnecte lorsque vous êtes en train d'écrire (cela arrive si vous mettez beaucoup de temps à écrire ou si vous êtes connecté depuis longtemps au site).

En l'occurrence nous n'avions pas reçu dans ce fil de message ressemblant à celui ci-dessus.

Rien à voir donc avec le fait que l'on ne vous "aimerait pas".

Cordialement,

le modérateur.

---

aeris - 28/01/2021 à 14h47

Salut TG

Pour en revenir sur ta situation que je ne critique pas...

D'abord je compati pour le décès de ton papa... Je sais ce que c'est de perdre quelqu'un, j'ai perdu mon amie à mes 23ans et je n'est plus jamais refait ma vie depuis, j en est 48a...

Par contre ta méthode avec des gélules de Méthadones me parais trop facile et dangereuse pour les rechutes..

Explication : Mon point de vie sur touts ces substitues , moi je ny crois pas et c est trop facile,

Pourquoi ?

Car un jour l envie d hero reviendra certainement et là on se dit, ooohhh je vais me prendre 2g pour 10 jrs de conso et si sa ne va pas....je prendrais de la metha...

Moi je préfère la méthode sevrage a la dure, pour que le corps soufres 5 jrs et que on en est plus jamais envie car cette souffrance de sevrage le cerveau va l enregistré.. et à mon sens il en aura moins envie d en reprendre.

Moi j en suis à mon 6e jours, je prend 1 valium le soir a 23h avant me coucher. Et tt va bien pour le moment, le faites juste de penser à l héroïne !!! me file la gerbe et des nauzées...

Ya t il ici des spécialistes pour confirmer mes dires ou chaque corps peut être, réagis différament... ??

A+

---

aeris - 30/01/2021 à 00h20

Bonjour
8 eme jour...
Mais, je vous est parlé la première fois que j'ai pris de l'héroïne ?

C'étais comme une longue vague de chaleur dans tout mon corps...
Douleurs, souffrances, tristesses, sentiments de culpabilités, tout à étais lessiver.
Au début c'est un truc du Samedi soir, on se sent cool, un moyen comme un autre de tuer l'ennuie..
Une accoutumance et on se sent tellement bien qu'on commence à le faire le Mardi puis le Jeudi et on est coincés.
Tout les ptis malins du guettos disent que sa leurs arrivera pas, mais c'est faux...
On as le nez qui coule, des crampes d'estomac, les jambes en cotons comme si on auraient faits 6 matchs de foot à la suite...
On entend toujours la même voix au fond de soi.. " Plus que 1 fois et on arrêtes !! "
Et on veux s'arrêter ! On le veux vraiment !
Mais c'est comme un rêve et on peut pas arrêter les rêves...
Ils vous entraines dans leurs folies, c'est ca leurs trucs et d'un seul coup ! On est capable de n'importe quoi...
C'étais un rêve pas un cauchemar, un merveilleux rêve comme jamais j'aurais pus faire dans le pays des songes et puis tout à coup ca explose en fragment merveilleux, un horrible cauchemar donne des mirages et je planes..

Ma désintoxe est atroce, j'en est vraiment bavé, mais je veux rester clean jusqu' au bout. Putain, j'en est vraiment chiez! L'important c'est que j'en est presque fini avec cette saleté.
C'est comme même chouette de se dire qu'on as une marraine et un parrain..
Mais je me demande qui sa peut bien être ...?

---

elephantrose - 04/02/2021 à 12h21

Bonjour Aeris,

Bravo à toi d'avoir entamé un sevrage, t'es courageux !

Comment ça va ? Tu tiens toujours ?

---

aeris - 04/02/2021 à 22h11

elephantrose

Là suis presque sevré, + dure est derrière moi, sauf l envie d en reprendre me guètes, des pulsion que je calme avec un demi valium + 1/2 tablette de chocolat et sa passe...

J est envie d en parler à mon médecin de ces pulsions..

TG - 09/02/2021 à 16h32

Salut Aeris,

Bon, comment ça va ?

Le temps passe, j'espère que tu tiens !?!

Je n'avais pas répondu à ton dernier message du coup....
Tu avais des doutes sur l'usage, même restreint, même limité, de la méthadone.....que je n'ai pris que pendant 36h

Alors juste pour repréciser, et si ça peut aider d'autres, je ne m'en suis pas fait prescrire.....mais par inquiétude envers ma femme et mes enfants, et parce que j'ai déjà vécu cela 1 fois, je ne voulais pas être malade les 2 premiers jours !

J'ai pris en 36h 2 gélules que l'on m'a offert pour la demarche, et basta.....et derrière je me suis « demmerdé tout seul ».....et ça a été bien dur physiquement et moralement, et ça traîne toujours...

Donc ça va faire 3 semaines jeudi, et je suis effaré par le fait que je suis loin d'avoir repris la forme....
Principalement car j'essaye de refaire tout seul ma production d'endorphine, sans antiD ou anxyo...et c'est très long, et usant....

Il y a vraiment plusieurs phases / étapes dans un sevrage, il faut le savoir et il faut s'y attendre encore plus quand il n'est pas officiellement et médicalement encadré.....

C'est au choix de chacun, à la volonté de chacun, à l'expérience de chacun.....mais il n'existe aucune solution plus facile qu'une autre, et ça c'est clair et net !

Une chose est sure, ne jamais sous-estimer le produit et la situation, présente et future.....
C'est la merde complet, et ça va être la merde complet.....

Il faut se considérer en convalescent du bonheur mental et physique, et chercher « à côté de ça » tous les éléments à faire tourner notre corps, notre cœur, et notre moral....et c'est long....même quand à côté tout va bien...saloperie

Courage Aeris,

---

aeris - 10/02/2021 à 01h56

salut

Depuis le 22 janvier je n'est rien consommé..

Moral bon,
La forme
Insomnie mais me trouve des excuse sur ce sujet, c'est les jeux video qui me font ca...En faites j'me cherche des excuses.. Alors je dit je fait de l'insomnie..

Sinon tout va, je fume du cannabis j ai stopper les valium, j'évite les anciens potos du monde de la came..

J ai l impression que sa fait 1ans je lest est pas vus^^....

La tentation, c est l étapes la + compliquer, c est de pas en reprendre... et ca sans substitue, autan prendre dla came ...opioïde = opioïde

Je ne crois pas aux produits de substitution, ils serves à soigner la dépendance mais non de la guerrir...

la semaine prochaine j ai un déplacement professionnel à réaliser à 650 km de chez moi, durent 15 jrs., ca va me changer un peu les idées.

A bientôt et merci pour vos soutient et commentaires..^^