FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

PEUR DE L’EXTRÊME FATIGUE ARRÊT COCAINE

Par Christoff30 Posté le 22/03/2023 à 20h15

Je suis consommateur depuis 18 mois et ça y est je suis au point de non retour…
Détérioration de mes finances, ma vie familiale devient difficile, j’ai même à saccager ma passion qu’est l’équitation.

C’est décidé je veux arrêter j’ai supprimé mes contacts dealer mais je suis terrorisé par cette hypersomnie qui accompagne l’arrêt.

Comment lutter? que faire? Lors d’une énième tentative d’arrêt ça avait duré quasiment 7 jours j’étais un zombie, irritable, toujours sous tension sous pression, j’envoyais chier tout le monde, je n’étais pas aller travailler je me pensais malade mais j’ai compris que ce n’était pas ça.

C’est cette raison qui m’empêche de stopper je suis terrorisée mon métier m’oblige à être au top de ma force, mon épouse croit que j’ai arrêté et je ne veux pas la décevoir surtout que je pense qu’elle ne me le pardonnera pas.

Je suis terrorisé help

2 RÉPONSES

Christoff30 - 25/03/2023 à 13h02

Personne n’a été confronté à ça ?

Exelim - 26/03/2023 à 21h03

Bonsoir,
Je souhaite te rassurer sur les effets physiques. Le plus dur sera mental et lutter contre l'envie incessante de consommation.
Pour la peur de la fatigue, je te rassure tout de suite, après plusieurs nuit blanche de consommation non-stop, lors de l'arrêt essayé de le efaire quand tu as un week-end devant toi pour dormir suite au manque de sommeil mais en quelques jours maximum physiquement tu seras comme quelqu'un qui ne consomme pas.
Je te conseille quand même de te faire aider et d'en parler à des proches, au moins ceux qui sont au courant de ta consommation.
Comme pour quelqu'un qui veut arrêter de fumer la cigarette, le fait de le dire à ton entourage peu t'aider à ne pas lâcher
J'ai consommé de la coke pendant plus de 10ans,