© Drogues Info Service - 10 octobre 2026

Vos questions / nos réponses

Problème cocaine

Par Profil supprimé Postée le 11/03/2021 16:41

> Bonjour vous allez trouver ça horiblement bête... Moi et mon conjoint somme en couple depuis 6 ans , depuis 3 ans j'étais persuadé qu'il prenais de la c (seul en plus) . A chaque foi que j'ai voulu lui en parler il ce braquait et disparaissait pendant plusieurs jours voir semaines et mois . Apres 6 mois de break quand il a réapparu il y a 1 mois pour la st valentin , je lui est fait croire quand soirée j'avais toucher a la c et que j'avais prise l'habitude d'en prendre quelque rayon alor que c'était faux je n'y avais jamais toucher avant . Il a donc sortit dans la fouler 2 gr sur la table de l'hôtel (oui l'hôtel car c'était la st valentin mais nous vivons enssemble) je suis évidemment rester bloquer débout devant lui en espérant vivre un cochemart. Apres avoir pleurer un bon coup dans la sale de bain en fesant croire à un gros mal de ventre du a l alcool de cette soirée je les rejoins dans la chambre ou il m'avais déjà préparé un rayon (quel romantique lol) . Le corp tremblant et la tête complètement chamboulé j'ai hésité au moin 5 bonnes minutes avant de le prendre . Et comme si j'en avais toujours consommer ces venu tout seul . (vous aller me trouver dingue mais je ne voulais plus le perdre , et je me suis dit , a ce moment la , si je rentre dans son monde ça ira mieux il ne partira plus). Bref après ça je ne tremble plus je suis bien (les effets de la c j'imagine) . Le lendemain reveil douloureux , aucun manque n'apparaît. Lui au reveil ne ce gene pas d'en prendre maintenant devant moi , dans la journée j'ai du compter au moin 5 prise de sa part . Et le soir il m'en a reproposer et j'ai craquer pour essayer d'oublier ce cochemart. En résumé, depuis le 14 février, lui en prend quasiment chaque jour (quand le budget le permet) si il n'en a pas il dort . Moi je n'en prend que le week-end en soirée avec lui pour que notre relation reste comme ca . Je peux m'en passer largement la semaine même si mon nez m'en demande apar ca je n'est pas de changement de comportement ou autre , quand il en prend devant moi j'en est envie mais jamais encore la journée et la semaine je n'est craquer. Ma question est : A quelle moment la dépendance psychologique est incontrôlable ? Comment le faire sortir de ca sans le braquer ? Suis-je déjà accro sans le savoir (en sachant que j'ai une force d'esprit qui ma permise de ne jamais être dépendante au chit ou à la beuh même en fumant plusieur jours d'affiler) ? Merci pour vos futur réponses

---

Mise en ligne le 11/03/2021

Bonjour,

La situation décrite dans votre message est effectivement peu ordinaire dans la façon dont vous avez été confrontée à votre première expérience de consommation et nous saluons votre questionnement sur le risque de développer une dépendance.

Comme vous avez pu le constater, la cocaïne est un produit qui provoque un effet puissant immédiat mais de courte durée. Ces effets de courte durée et la phase de descente souvent pénible laissent rapidement place à une sensation d'abattement, d'anxiété allant parfois jusqu'à un état dépressif que l'usager a parfois du mal à gérer.

Nous vous joignons ci-dessous le lien de la fiche « cocaïne » extrait de notre « dico des drogues » qui pourra vous apporter quelques informations supplémentaires sur le produit.

La dépendance se définit par une perte de liberté de ne pas consommer, une envie irrépressible de consommer ou une incapacité à se passer du produit. Bien sûr les effets du produits peuvent être vécus comme apaisants face à des émotions générées par des situations de stress, d'inquiétudes, de mal-être, d'où l'importance de se questionner sur le risque de glisser vers une dépendance. Dans votre situation, si être en harmonie avec votre compagnon semble passer par la consommation, le risque s'en verra augmenter.

Vous aimeriez aider votre compagnon à « se sortir de ça » mais pour cela il est essentiel avant tout qu'il soit lui-même dans une volonté de ne plus consommer, qu'il y trouve du sens, qu'il ait le souhait de plus en subir les conséquences, de prendre soin de lui,… vous pourrez alors, en fonction de ses attentes, de ce qu'il vous demandera, lui apporter le soutien, l'encourager et l'aider en veillant à respecter vos propres limites.

Il existe des dispositifs d'aide sur la question des addictions qui proposent des consultations individuelles, confidentielles et gratuites avec des professionnels de santé spécialisés sur le sujet. Il est possible de s'en rapprocher afin de faire un bilan de sa consommation, d'évaluer les risques de la dépendance et être aidé dans la démarche pour mieux gérer ou s'en libérer.

Nous vous joignons deux liens ci-dessous.

Si vous souhaitiez évoquer la question sous forme d'échanges ou être aidée dans l'orientation vers un professionnel, nous sommes également joignables de façon anonyme et gratuite tous les jours de 8h à 2h au 0 800 23 13 13 ou par Chat via notre site.

Bien cordialement

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

---

Equipe de Liaison et de Soins en Addictologie

1, avenue de l'hôpital Metz-Tessy
BP 90074
74374 ANNECY

Tél : 04 50 63 65 14
Site web : bit.ly/2cpao2m
Permanence téléphonique : Du lundi au vendredi de 9h à 16h30 (Aide au sevrage tabagique pour les femmes enceintes composer le 04 56 49 72 56 - sage-femme)
Accueil du public : Pendant l'hospitalisation ou en post hospitalisation // consultations ambulatoires : uniquement de pré-hospitalisation sur rendez-vous

Voir la fiche détaillée

Consultations Jeunes Consommateurs - Association Addictions France

94 promenade du Fori
Maison pour tous
74400 CHAMONIX MONT BLANC

Tél : 07 89 41 51 57
Site web : urlr.me/npwCKb
Permanence téléphonique : Lundi au vendredi de 9h à 17h - ne pas hésiter à laisser un message afin d'être rappelé
Consultat° jeunes consommateurs : Mercredi de 9h à 17h

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Fiche sur la cocaïne
- Les drogues et vous
- Consommation problématique