

Vos questions / nos réponses

## Freebase

Par [Profil supprimé](#) Postée le 10/03/2022 15:04

D'après vous c dur d'oublier et de se passer de fumer 5g de freebase ou crak par jour psychologiquement ? C mon k.

---

**Mise en ligne le 10/03/2022**

Bonjour,

Effectivement une consommation régulière de crack peut entraîner une forte dépendance. Il y a un « syndrome de sevrage » qui peut se manifester 2 à 4 jours après l'arrêt et s'étendre en moyenne de 1 à 10 semaines selon les individus.

Il peut se produire un ensemble de symptômes désagréables tels que de l'anxiété, des troubles de l'humeur et du sommeil. Le fort craving (envie irrépressible de consommer) qu'entraîne ce produit peut malheureusement entraîner des reconsommations notamment durant les premières semaines d'arrêt de la consommation. Vous trouverez davantage d'information sur le syndrome de sevrage dans notre fiche-produit sur le crack, dont nous vous mettons le lien en bas de page.

Il est tout à fait possible de se faire aider en rencontrant des professionnels pour une démarche d'arrêt de consommation de ce produit. Le but est d'être soutenu et encouragé, et trouver des outils individuels pour viser un mieux-être, éviter les rechutes au maximum. Il est possible de se tourner vers des lieux nommés Centres de Soin d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). L'accueil se fait sans jugement, dans un cadre confidentiel et gratuit. L'équipe peut vous fixer des rendez-vous individuels. Elle est généralement composée de médecin addictologue, psychologue, infirmier. Vous trouverez en bas de réponse un lien si vous souhaitez effectuer une recherche de CSAPA à Paris.

Si vous souhaitez échanger davantage sur votre situation, n'hésitez pas à contacter un de nos écoutants. Nous sommes accessibles 7J/7J, par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) de 8H à 2H du matin ou par le Chat de notre site Drogues Info Service de 8H à Minuit.

Bien cordialement.

---

**En savoir plus :**

- [Fiche sur le crack](#)
- [Adresses utiles du site Drogues info service](#)