

Vos questions / nos réponses

# Cocaine

Par [Roxy81100](#) Postée le 20/04/2022 20:59

Comment savoir si on est accro à la cocaïne ?

---

**Mise en ligne le 25/04/2022**

Bonjour,

La dépendance en général peut prendre différentes formes en fonction de chaque personne. Nous allons tenter de vous donner des repères pour évaluer votre consommation de cocaïne et restons à votre écoute pour toute précision.

On peut dire que le rapport avec le produit devient problématique lorsque la consommation devient difficile à contrôler, à limiter et que les conséquences de cette consommation impactent votre bien-être et vos habitudes au quotidien.

Par exemple, si vous avez l'impression de provoquer des occasions pour pouvoir en consommer, si l'idée d'en manquer pendant plusieurs jours est source d'angoisse, si il est difficile de fixer des limites, que d'autres activités sont négligées au profit de la consommation, que votre organisation tourne autour de la cocaïne, que la consommation impacte votre budget de façon problématique, cela peut provenir d'une forme de dépendance à la cocaïne.

Un moyen d'évaluer votre rapport à la cocaïne pourrait être de tenter d'arrêter pendant quelque temps. Si vous éprouvez alors un manque, des fortes pensées en direction de la cocaïne (la journée où dans vos rêves), que vous observez l'apparition d'un changement de comportement (agressivité, anxiété..), il pourrait être nécessaire d'en discuter avec un professionnel.

A titre d'information, nous vous joignons notre fiche synthétique sur la cocaïne.

Si vous souhaitez en discuter directement avec un.e écoutant.e, vous pouvez nous contacter par téléphone, tous les jours au 0 800 23 13 13 de 08h à 02h. Vous pouvez également nous écrire sur le tchat internet tous les jours de 08h à 00h. C'est gratuit et anonyme.

Nous vous souhaitons une bonne journée,

Bien cordialement

---

**En savoir plus :**

- [Fiche sur la cocaïne](#)