FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

J'AI BESOIN DE VOTRE AVIS ????

Par Stars62 Posté le 28/04/2022 à 18h08

Bonjour,
Voilà je suis maman de 31 ans avec deux enfants, leur papa m'a quitté car j'avais trop d'abus d'alcool, je me rends compte aujourd'hui que je suis une personne très vite addict. J'ai pas eu une enfance facile, abus par un copain de ma mère très jeune, une mère complètement absente, alcoolique, un père que j'ai vu pour la dernière fois y a 3ans. Je n'avais pas de connaissances de stupéfiants avant mon rencontre y a un an , donc le deuxième homme que j'ai connue jusqu'à maintenant. Très vite j'avais compris que ce monsieur aimer les stupéfiants, j'étais méfiante au début, j'hésiter à goûter et très vite une trace de cocaïne.
L'effet du produit m'a fait un bien fou, je me sentais forte, plus triste de mon échec avec mon mari, la vie m'a paru très motivante. Mais très vite il m'a présenter une pipe et de la cocaïne. Je suis passée au crack sans même me rendre compte. Au bout de quelques mois j'étais placé sous protection juridique pour violence conjugale. Mais le crack ne pas lâcher. Je comprends pas pourquoi je le fait, j'ai un dégoût des que je vais en chercher, une honte. Mais malgré tout je le fais et des que je prends le premier pipe, y a plus rien qui compte, je veux être seule, j'oublie tout les principes,je deviens une autre personne.
Ensuite la descente et je fini par pleuré car je sais que déçois les peu de personne qui m'entoure. Jai surtout honte envers mes enfants, terriblement. Je me cache seule pour faire mes consommations, dans ma voiture pendant plusieurs heures sans écouté de musique ou parler, seule comme une conne a se détruire.
Comment je peux faire pour m'en sortir ? Es-ce que y a une possibilité de plus penser à cette merde ?
Avez vous des conseils pour bien démarrer un arrêt définitivement ?

5 RÉPONSES

Jesse27 - 28/04/2022 à 23h06

Bonjour,

J'ai été touché par votre témoignage et le fait d'avoir fait ce premier pas met plus de chance de votre côté, bien sur il est possible de plus penser à cette merde le fait est que j'y suis bien arrivé et je ne suis pas exceptionnel loin de la , j'étais dépendant à l'héroïne , le tout c'est de le vouloir vraiment et de se fixer un but même plusieurs .
Moi jai pensée bcp a mon fils et ce que je trouve encourageant de votre côté c'est que vous reconnaissez concrètement que c'est une merde et le mot est faible , il faut utiliser la honte que vous éprouvez et la changer en arme de courage afin de bloquer l'envie dy retourner et d'en reprendre et de se dire qon est plus fort qe ce produit .
Moi jai arrêté trop tard quand jai tout perdu et je peux vous dire que ca ruine complètement une vie , il me reste rien enfin le principal, la raison de mon combat mon fils et moi je me disais tt les jours pr résister jaime mon fils plus qe ca c'est impossible du contraire et je me rappelais tt com vous la honte qui m'envahissait bon j'avais d'énorme douleur physique o départ c vrai ms ca change rien qe tt ses produits sont dur à stopper.
Il faut se trouver aussi un hobby, un loisir ca aide bien ossi et franchement essayé vraiment on se sent tellement mieux après, hésitez pas si vous avez besoin je me suis dit aussi si j'y arrive je voudrais aider ceux qui veulent vraiment s'en sortir alors avec plaisir

Loic13 - 28/04/2022 à 23h13

Bonjour ,je me présente moi c Loïc ,je me permets de rep a ton post car je me sens dans le même état que toi mai moi je suis accro à la cocaïne depuis 4 ans et maintenant sa fait bien 1 ans que ç tout les jours ,je détruis tous ce qui m'entoure et les personne qui ont tjr était la pour moi ,je me sens faible physiquement et mentalement et pourtant j'arrive pas à lutter contre ça j'espère que tu trouvera la force de t'en sortir plein de force et courage a toi

Stars62 - 12/05/2022 à 10h07

Bonjour Jesse27,
Merci beaucoup pour votre message, merci de partager votre parcours cela me touche énormément, y a près d'une semaine j'ai eu une "burn out", j'avais consommer plus l'alcool et la pétage de plomb dans la tète, la seule chose qui ma fait revenir a mes esprits c'est mon mari qui ma pris dans les bras et qui ma parler. J'ai realisé a ce moment qu'on tenait a moi, que j'etais "utile". Je sais pas comment l'expliquer..... en tout cas j'ai compris que je voulais etre, comme vous l'avez dit, Une maman , une bonne maman et une femme normal pour son mari.
Je doit supprimer les personnes toxique dans ma vie et avancer sans me retourner. Je doit faire ca pour moi mais aussi pour etre la meilleure maman possible pour mes enfants, ils ne merite pas d'encaisser cela.
cela fait presque une semaine que je n'ai rien consommer, ni stup ni alcool. Depuis j'essaye de fixer un but chaque jour, que ca soit de faire des papiers ou trier les affaires, faire une activité avec les enfants, me mettre un defi chaque jour essayer de retrouver un peu de "fierté" de me dire, oui tu la fait.
Avez vous des conseils pour les prochains jours?
bonne journée a vous

Stars62 - 12/05/2022 à 10h17

Bonjour Loic13.

ca se passe comment pour toi ? tu as quelqu'un de proche ? avec qui tu peux parler?

la seule chose que je peux te dire pour l'instant c'est que il faut se "burn out" le déclic, pour trouver l'envie d'arrêter.
ca fait une semaine que j'ai rien pris, je me sens faible physiquement et mentalement mais j'ai retrouver une petite sensation de bien etre.

je te souhaite de trouver la force et courage

a bientot

Exanarko - 20/09/2022 à 21h28

Bonjour a tous ,j ai été dépendant au opiacés la moitié de ma vie (j ai 42ans)est finalement très peu a l héros .
j ai vite été sous subutex(une vraie merde)ton médecin est ton dealer en vrai!
Ça fait environ 5ans que je suis à la méthadone et j suis pas peut fière de dire que j ai arrêté la méthadone depuis 3semaine ,j y pense presque pas, il m en reste une boîte met ça me fait même pas envie (ça me rassure je crois)
J ai eu comme tous les dépendant une impression de ….que c est sans fin ,le bout du tunnel inateignable passer à côté de ça vie…
En faite y a pas 50 solution je pense faut aller voir un médecin dans un centre avec qui tu peux parler et être alaise avoir le filing qui te met pas la pression , pas un robot qui te dit faut faire comme si et comme ça
Voilà ça doit être ça prendre le temps !!et ce faire aider, et avoir un soignant ,bha qui te soigne…!
Courage à tous