© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

Si quelqu'un a des astuces !

Par Guennnnnnn Posté le 13/08/2022 à 07h10

Bonjour !
Je ne suis plus toute jeune mais il n'y a malheureusement pas d'âge pour être consommateur de telle ou telle substance.

J'ai tout essayé dans ma vie et avant d'avoir ma fille, j'étais héroïnomane depuis plus de 10 ans. Elle est née alors que j'étais sevrée mais sous Subutex. Je n'ai plus jamais touché de drogues dures depuis que ma file est dans ma vie, soit 12 ans. Mais je suis toujours sous traitement de substitution (Orobupré) et je pense que c'est pour la vie mais ce n’est pas grave.
J'avais tout arrêté sauf le shit que j'ai arrêté après des années (voire une vie !) à fumer, j'y suis parvenue en août 2020.
Et voilà plus de 6 mois que j'ai bien repris. J'ai perdu énormément de poids, je retrouve cette désagréable sensation de fatigue le matin quand le réveil sonne pour aller bosser ! Quelle horreur !

Je retourne au boulot mardi et je voudrais donc arrêter le shit de nouveau. Aujourd'hui sera mon 1er jour sans.

Avez-vous des tips, des astuces pour ne pas trop y penser ?
Merci !!

1 réponse

Pepite - 26/08/2022 à 06h42

Bonjour Guen,

Je me permets de réécrire votre pseudo sans les 6 n derrière.
Ça m'est arrivé de faire la même chose lorsque je voulais forcer le trait sur ce qui comptait pour moi.
Je ne sais pas si c'est vous ou quelqu'un d'autres, mais ce choix a une portée pour vous. Je me trompe ?
Qu'avez vous ressenti lors de sa création ?

Je me permets de faire remonter votre fil. Je ne suis pas consommateur mais j'estime être suffisamment bienveillante pour vous répondre.
Si je vous dérange, osez me le dire en expliquant vos ressentis.

Globalement, il en ressort de ce court récit que vous détenez des ressources pour surmonter des obstacles que vous vous mettez vous-mêmes.

Vous savez qu'ils sont éprouvants sur tous les points. Ou leurs conséquences ?

Connaissez vous lesquels ou lesquelles d'un point de vue humain ?

Pépite