© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

Stop à l envie de consommer

Par Jake Posté le 17/07/2023 à 22h48

J ai 44 ans et je consomme de l heroïne depuis près de 20ans. Sous methadone depuis 15 ans , 60mg.Pour les périodes d abstinence, évidemment je ne suis pas en manque physique,mais je n arrive pas à me débarrasser de cette envie très forte de consommer, car malheureusement c est la seule chose qui me rend (moi-même), vivant et non éteint comme mon entourage peut me le faire remarquer. C est terrible pour l esprit, que faire? Avez vous quelques astuces?