© Drogues Info Service - 25 novembre 2026

Forums pour les consommateurs

Comment stopper ?

Par Profil supprimé Posté le 26/08/2024 à 21h29

Bonjour

Nouveau sur ce forum je me rends compte que je deviens addict à la cocaïne.
En effet, je ne peux plus stopper ma consommation, et ça commence à avoir de mauvaises répercussions sur ma vie. D'autant que j'accompagne cette dépendance de Seresta et d'AD pour m'endormir et alléger cette souffrance.

Tout est plus agréable avec, et dès que je me remet d'un "down" une envie irrépressible d'en consommer s'empare de moi.

Ma femme le déplore, je dirige une grosse PME et mes absences répétées ne peuvent pas durer.

Bref, il faut arrêter avant de tout perdre..

Est-ce que des personnes sont dans cette situation ou ont réussi à s'en sortir ? PAR QUEL BIAIS !!

Vos commentaires me feraient beaucoup de bien moralement et ça me stimulerais !!!

A vous lire, HELP

16 réponses

---

infernulo - 27/08/2024 à 11h19

bonjour
et bien l’arrêt et possible;je sort d'un centre 'addictologie;je ne suis rester qu'une semaine .ce n’était pas ma 1ere cure. j'avoue avoir tenu 2semaine sans envie.puis j'ai eu un kraving d'alcool et de coke;j'ai remis ça pendant une semaine.
la je viens d’arrêter une fois de plus:question financière. pour l'instant ça va .je n'y pense pas.
avant ma cure ..j'avais décider de moi même seul chez moi de tout arrêter. puis ça as eter et le plus dur des sevrages que j'ai subit finalement;..c’était pas la coke mais le valium.j'ai fini aux urgences a cause du manque de valium..5jours âpres l'avoir arrêter.
donc pour la coke c'est possible.j'avais une trouille phénoménale j'en ai pris 1 a 2g/jours pendant 1ans 1/2

je ne peut pas vous dire si je m'en suis réellement sorti. mais je sais que j'ai réussi a m'en passer avant et en sortant de cure;

je vous conseil un centre addictologue déjà .
bon courage

Ab-1412 - 09/09/2024 à 11h03

hello, je suis dans la meme situation. Je veux arreter mais je continue c'est plus fort que moi. Si tu veux parler je suis là

Ab-1412 - 09/09/2024 à 11h10

Salut
Je suis dans la même situation, je ne sais pas comment stopper. C’est tout le temps la même chose. Je vois un psy pour ça mais je rechute tout le temps.
Je suis dispo si tu veux parler

Profil supprimé - 10/09/2024 à 08h39

Salut,

C'est déjà un grand pas de venir en parler ici. La cocaïne a un effet puissant sur le cerveau, notamment en saturant le circuit de récompense et en créant une dépendance très difficile à briser. Comme tu l'as remarqué, plus tu consommes, plus ton cerveau a du mal à fonctionner sans cette récompense chimique, ce qui rend l'arrêt particulièrement compliqué, surtout avec d'autres substances comme le Seresta et les antidépresseurs.

Beaucoup de gens dans ta situation se tournent vers des solutions classiques (thérapie, désintoxication), mais il existe aussi des alternatives pour "réinitialiser" les circuits neuronaux perturbés par la dépendance, ce qui peut être une option prometteuse pour t'aider à sortir de ce cycle destructeur.

Si tu souhaites en savoir plus sur ces approches alternatives ou en discuter, n'hésite pas à m'envoyer un message. Il y a des solutions, et avec les bonnes étapes, il est possible de s'en sortir.

Courage à toi, tu as déjà pris la première étape en cherchant de l'aide !

Profil supprimé - 11/09/2024 à 19h33

Bonsoir à tous

Merci pour vos messages. En effet difficile de stopper ces actions combinées.
J'ai pris rdv avec un addictologue au regard de vos commentaires.

Wait n see

Greg - 13/09/2024 à 23h23

1ère consommation, il y a 10 ans. Jamais je n’aurais vivre un tel enfer. D’une conso festve et malgré moi contrôlable, je suis aujourd’hui dans le doute le plus complet. D’1 gr occasionnel il y a 10 ans, j’ai chuté sans

le vouloir et sans le savoir dans une conso quotidienne. Il y’a 5 ans, 1gr tous les 3 ou 4 jours. Maintenant, 2gr par jour, depuis plus de 2 ans. C’est un enfer total. Un besoin jour et nuit et vital pour moi. Aucun medecin ou centre n’a pu èviter l’enfer que je vis. Bon courage. Sois fort.

Ab-1412 - 16/09/2024 à 10h09

Pareil pour moi Greg...
Je ne sais plus comment reprendre le controle, j'ai meme l'impression parfois de ne pas vraiment le vouloir.
Je n'ai pas de solutions malheureusement @INCONITO32
J'ai fait une réunion NA qui m'a fait du bien car je me suis sentie comprise, je vais en refaire. Cependant la route est longue et dès que la descente est passée je rechute.
J'en suis à 2g quasi tous les 2 jours. Je sens que mon copain est exédé, meme si il me soutient j'ai peur qu'il finisse par ne plus supporter cette situation.

Dispo pour discuter si vous le souhaitez

Profil supprimé - 16/09/2024 à 19h54

@AB-1412 je vis la même chose et j'aimerais en discuter si disponible, comment faire des MP ?

Ayoudu30 - 17/09/2024 à 02h22

Je souhaite vous faire partager aussi mon témoignage si cela peut aider... cela fait 2 ans que je suis tombé à fond dans la cocaine après une mauvaise rencontre : mon ex. J'ai pris la décision de le quitter définitivement il ya 2 mois. Et ce fut déjà un premier pas..
cela fait 1 an que je vois un Addictologue qui est vraiment une personne extraordinaire avec une grande capacité d'écoute et dempathie. Depuis début août grâce à lui et à un traitement au baclofene (de base un médicament pr les alcoolique mais qui aide au niveau des pulsion et des envies irrépressible) et du diazepam(c comme le valium en gros) j'ai réussi à arrêter la cocaine pdt 3 semaine et jen eté très fier . Mais j'ai subit une grave agression très récemment (le 2 septembre) et jai rechute depuis..mais je garde espoir car je me dis que si j'ai réussi à arrêter 3 semaine grâce à un BON addictologue et une reelle envie de men sortir , j'en suis capable et vous aussi j'en suis sûr il fait juste le vouloir et bien sûr avoir une aide d'un bon medecin ou thérapeute ou addicto peu importe mais tant qu'il vs écoute et vs comprend c déjà énorme. Courage et garde espoir celui qui le veut vraiment y arrivera en s'en donnant les moyens bien sûr et en cherchant les.bonnes personnes qui peuvent vs aider.

Moderateur - 17/09/2024 à 08h05

Bonjour @Inconito32,

Ce forum est anonyme. Il n'est pas possible d'échanger des coordonnées pour discuter en privé.

C'est une mesure de protection qui s'applique à tous.

Cordialement,

le modérateur.

Missgaelle - 20/10/2024 à 01h16

Olala, Inconito, Greg, Ab, infernulo…
On est tous dans la même galère.

Envie qui grossit, qui grossit… cracking… 2/3 jours de conso, on ressort lamentables, déprimés avec une affreuse estime de soit !

C’est fou qu’on y retourne encore et encore.
Moi je crois qu’arrêter 2-3 semaines sans problème. Il n’y a pas de dépendance physique. En revanche il faut qu’on arrête de penser qu’on va être raisonnable, juste un petit trait !!!!
Bon courage à tous
Dommage qu’on ne puisse pas se parler
Gaelle

Profil supprimé - 24/10/2024 à 18h02

Merci du message.
Ce traitement est en adéquation avec une vie professionnelle ?
C'est ma plus grande crainte

Profil supprimé - 24/10/2024 à 18h07

Missgaelle une trace ça n'existe pas !! Juste une, puis une deuxième, puis au lieu d'aller dormir je vais au restaurant, puis en boîte, puis BAOUM il est 4h du mat MDRRRRR
En fait c'est pas si drôle c'est infernal

Profil supprimé - 15/01/2025 à 04h18

Hey,

Voilà, quelques mois plus tard ma vie est complètement partie en couille.
J'ai suivi vos conseils et je rentre en cure demain matin. Tout jusqu'ici n'a été qune escalade, peut-être parceque je me le suis avoué...et aux proches aussi. C'était plus possible à cacher.
Les syndromes de sevrage s'annoncent délicat étant donné mon fatal combo _ coke _ benzo_ alcool...

J'espère pouvoir témoigner dans quelques mois pour vous dire que ça va, ou du moins que je tiens bon !!!!!

A lire vos retours d'expériences au plus tôt, ça me ferait un bien fou.

Adrian

OUSSY - 01/03/2025 à 05h13

Je suis suivie au CSAPA pour une addiction à la cocaïne. Je suis Addict depuis 2 ans 2 à 3 g /semaine. Je pars en cure 5 semaines pour avoir une vraie coupure. J'ai entendu dire que le Baclofene pouvait aider à ne plus ressentir les cravings de cocaine. Avez-vous déjà essayé?

OUSSY - 01/03/2025 à 05h15

Juste un petit trait, c'est impossible, comme ils disent à NA (Narcotiques anonymes), 1 trop 1000 pas assez. C'est vraiment ça.