

Forums pour les consommateurs

# La cocaïne et moi

Par Lesoleilseleveratoujours Posté le 27/10/2024 à 03h25

Bonsoir tout le monde,

Je me permets d'écrire ce soir car je viens de réaliser que j'ai besoin d'aide. Je préviens : ce récit risque d'être un peu long, mais quitte à avoir vos conseils, autant que vous ayez les éléments principaux !

J'ai 25 ans. Avant cette année, jamais je n'avais touché aux drogues dites dures. Je fumais des joints très occasionnellement en soirée, mais ça s'arrêtait là. J'aime bien boire et faire la fête, mais je n'ai jamais eu le sentiment d'avoir une consommation inquiétante, dans la mesure où, avant comme aujourd'hui, je suis très capable de faire des soirées bar au jus de tomate.

Seulement voilà, depuis cet été, je consomme de la cocaïne. Au début c'était très occasionnel dans des cadres précis. Puis pendant mes vacances en amoureux, c'était quasiment un soir sur deux. Je pensais qu'en revenant on allait retrouver un mode de vie sain et une consommation plus occasionnelle, voire inexistante, mais non. Nous avons commencé à en prendre tous les deux, le week-end. Puis la semaine, malgré la reprise du travail. Et un soir, j'en ai acheté pour la première fois. Je l'ai dit à mon mec, qui m'a fait un peu la morale, mais qui en même temps ne pouvait pas se permettre grand chose tant son rapport aux drogues est compliqué (mais c'est un sujet pour un autre forum !). Petit à petit, j'ai commencé à en prendre pendant des soirées au bar. Puis avant d'y aller quand j'étais fatiguée. Mais juste assez pour que ça ne se voit pas.

Aujourd'hui, j'en achète seule, et consomme seule assez régulièrement, pour m'anesthésier un peu. Je fais attention sur les doses, mais je sens bien que j'ai besoin d'un peu plus à chaque fois. Le produit m'aide à ne pas penser, ou à penser différemment, il me fait me sentir mieux. Mais je ne suis pas sûre d'avoir envie de ça pour être bien. Je ne veux pas de ça dans ma vie, dans mon quotidien. Je m'en veux beaucoup d'être tombée dans cette merde. Je ne veux pour le moment en parler à aucun de mes proches, j'ai trop honte. Je vois un psy qui m'a simplement recommandé d'arrêter d'acheter, comme si je n'y avais pas déjà pensé. J'ai envie d'en prendre quand j'ai besoin de m'échapper de moi-même.

Quand j'écris ces lignes, je viens justement de prendre une trace (la quatrième ce soir), seule. Puis je me suis vue de l'extérieur, et je n'aime pas ce que je vois. C'est drôle, c'est agréable, c'est nouveau, mais je me suis tellement battue pour ne jamais tomber dans ce genre de travers, que ça m'énerve, et je veux que ça s'arrête. Je sais depuis toujours que l'addiction, ça n'arrive pas qu'aux débiles, bien au contraire. Et me voilà ce soir, très émue, à m'être faite avoir par ce produit qui est plus fort que ma condescendance.

N'étant pas encore capable d'en parler à mes proches, je me tourne vers vous, et c'est, en tous cas pour moi, un premier pas vers quelque chose de mieux.

Vous, comment vous en êtes vous sorti ? Comment avez-vous réussi à vous contrôler lorsque vous aviez

envie d'en acheter ? Quelles sont vos méthodes pour lutter contre la prise ?

En vous remerciant de m'avoir lue, et dans l'attente de vos réponses

### 3 réponses

---

str - 28/10/2024 à 20h07

Salut,

Malheureusement, je n'ai jamais prit ce produit, alors je ne pourrais pas répondre à tes questions.

Par contre, je connais des centres qui pourraient t'accompagner dans la diminution de ta consommation ce sont les CSAPA.

En CSAPA, il y a plusieurs professionnels, dont des médecins, infirmiers, psychologues, travailleurs sociaux... et tous sont là pour accompagner les personnes voulant mieux consommer, moins consommer ou ne plus consommer. Ils ont des connaissances en addicto, ne sont pas là pour te juger, et peuvent t'aider.

Je t'invites à te renseigner sur internet, en mettant « CSAPA + le nom de ta ville ».

Bon courage à toi !

Baris - 28/10/2024 à 23h48

Bonsoir Soleil,

Je suis un peu dans le même que toi, depuis mars 2024, j ai commencé la cocaïne, et depuis c est 1g par semaine étalés sur plusieurs jours avec 1 max 2 jours d abstinence. Cet été, je suis parti en vacances pour 3 semaines en famille à l étranger, et ça à été les seuls moments sans prise de cocaïne. Je pense toujours au produit, personne de mon entourage le sait.

Je suis fumeur de cannabis depuis mes 23 ans, j en ai 43 aujourd'hui et 2 enfants à charge. Tous mes proches connaissent ma consommation de joint. J ai connu la cocaïne il y a 15 ans de ça, seulement une fois lors d une soirée et stop.

Mais cette année quelques événements familiaux et professionnels m ont épuisé que je cedais à une tentation lors d une transaction de cannabis à m offrir 1g de poudre aussi. Et depuis, comme toi il m arrive après chaque prise, pendant la descente d avoir cette honte et juste après l achat du produit aussi.

Olympe\_09 - 02/11/2024 à 00h09

Bonjour lesoleilseleveratoujours !

Dans un premier temps, merci pour ton partage car déjà en parler, c'est faire un premier pas vers le sevrage.

On a tous une histoire différente avec la c, souvent c'est un refuge, ça fait ressortir qqc qu'on arrive pas à montrer en temps normal.

Me concernant ma plus longue pause, c'était 6 mois et j'ai mis au courant bcp de personnes de mon entourage, j'en ai un peu honte.

Pour commencer, il ne faut pas culpabiliser et trouver les situations qui déclenche l'envie de prise.

Si tu veux, on peut en discuter en privée, c'est vrai que je me sens seule dans ma prise.

Prends soin de toi.

Olympe.