

Forums pour les consommateurs

Je n'arrive pas à arrêter la cocaïne

Par Juju08112005 Posté le 18/11/2024 à 16h24

Bonjour

Après de nombreux problème suite à ma consommation de cocaïne.

(Plus de permis, soucis avec un livreur qui a volé la moitié de la commande et que j'ai balance, représailles et il a mon adresse...)

Problème de santé et j'en passe.

Je n'arrive pas à arrêter malgré le fait que j'ai la volonté.

Comment faire ?

Des conseils ?

Bonne soirée à vous

6 réponses

Grekos - 24/11/2024 à 01h34

Coucou Juju ,

Moi je suis ancien consommateur de coca et d'hero.

J'ai fumé de mes 17 ans a mes 35 ans de la coca.

Et l'héro j'en ai fumé 5 ans.

Ce sont toutes les deux des drogues très addictives l'une est psychologique et l'autre provoque des dépendances physiques

J'ai essayé des dizaines de fois d'arrêter pendant toutes ces années , je jurais même que c'était la dernière fois et le le demain après avoir consommé je m'en voulais a mort.

Je n'étais pas juste un consommateur non non j'étais un GROS consommateur car je ne savais jamais m'arrêter de fumer et je fumais tout a chaque fois.

Pour commencer j'ai eu des tics qui ont commencé a changer au fur et à mesure des années où je consommais et vers la fin quand je fumais je suais comme un porc, j'avais des contractions musculaires plusieurs fois par minute , j'avais dur a respirer et mon coeur s'emballais de manière alarmante.

Tout ça pour dire que je reviens de loin et que malgré tout j'ai quand même réussis a arrêter

Tout d'abord il te faut une force de caractère et le devoir de prendre une décision que tu dois respecter dans tout les cas

Ensuite dans les moments où tu appelles ton vendeur et que tu consomme habituellement bah tu les changes en une occupation de ton esprit, tu remplace ce temps mort par Netflix , sport, jeux console , pc , promenade , lecture , apprendre à jouer aux échecs .

Ensuite si ta consommation te coûte beaucoup d'argent et que tu as dur a cause de ça alors tu dois te fixer des choses que tu aimerais bien avoir et ça te donnera envie de garder ton argent pour les acheter.

Tu prends un cahier et tu fais une wishlist de tes envies ...

Ou alors solution numéro deux et celle là fonctionne et permet de faire le tremplin et d'arrêter dans un premier temps la coke.

C'est simple , prendre une drogue qui y ressemble comme deux gouttes d'eau mais qui coûte moins cher et qui est moins addictive.

Par exemple sur Google tu sais acheter de la NEP si tu fume a l'allu la coke alors tu seras pas déçue.

Ou si tu la sniff tu prends de la 2mmc

Je sais que peut être ça ne plaira pas a certain de proposer une autre drogue a la place mais c'est un tremplin , un remplacement moins addictif et dit de substitutions afin d'arriver à enrayer les mauvaises habitudes.

Voilà avec ce que je t'ai proposé tu as le choix .

Bonne continuation.

Amelle14 - 04/12/2024 à 03h24

Salut, je viens de lire ton message, moi je suis d'accord avec toi pour ce qui est de trouver un substitut moins nocif à la consommation, c'est un peu comme la clope avec la cigarette électronique ou alors les patchs chewing-gum etc. j'aurais juste une question c'est quoi le 2MMC, J'ai regardé sur Internet, mais je ne trouve pas et franchement ça m'intéresserait car je suis une personne qui va plutôt fonctionner avec des substitut plutôt que d'arrêter d'un coup d'un seul. Merci de ton retour.

Lafolle - 05/12/2024 à 03h56

Sinon on m'a parlé de la relatine pour remplacer la cocaïne

Kenzaparis - 11/12/2024 à 11h13

Bonjour lafolle qu'est ce que c'est que la retaline ?

Moderateur - 11/12/2024 à 11h27

Bonjour Kenzaparis,

Je pense que ce qu'elle a voulu dire c'est Ritaline (méthylphénidate). La Ritaline est un médicament pour traiter les troubles de l'attention, notamment chez les enfants.

Cordialement,

le modérateur.

Kenzaparis - 11/12/2024 à 12h45

J'ai cru qu'il y avait un médicament pour traiter cette addiction, mais apparemment elle est dans le même état que moi elle ne sait plus quoi dire ou quoi faire elle envoie juste des petits messages à 3h du matin sans témoigner je pense que mon cas doit se rapprocher du sien, j'aimerais qu'elle me réponde