© Drogues Info Service - 6 octobre 2026

Vos questions / nos réponses

Conso de c tous les jours

Par Titicc Postée le 13/11/2025 16:11

> Comment me sortir de ce cercle infernal je sais que je me détruis la santé les finances et que si j’ai quoi que ce soit accident ou autre je risque ma vie mais je n’arrive pas à arrêter c’est affreux

---

Mise en ligne le 20/11/2025

Bonjour,

Ce que vous décrivez (consommer tous les jours, savoir que cela vous détruit mais ne pas réussir à arrêter), n'est pas un manque de volonté, c'est l'effet de la cocaïne sur votre cerveau.

Le fait que vous preniez le temps de nous écrire pour demander de l'aide montre que vous voulez aller vers un changement.

La cocaïne est une substance qui entraine une très forte dépendance psychique et , par les envies irrépressibles de consommer qu'elle suscite, (que l'on appelle "craving" en jargon technique) provoque bien souvent une incapacité à "décrocher" malgré toute la lucidité que l'on peut avoir au sujet de sa propre dépendance.

Face à ce que vous vivez et ressentez, il nous semble important que vous ne restiez pas seule et que vous puissiez vous faire accompagner dans le ou les objectifs que vous souhaitez mettre en place.

Sachez qu'il existe des lieux spécialisés où vous pouvez vous faire aider. Ce sont des CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Une équipe pluridisciplinaire spécifiquement formée en addictologie (médecins, infirmiers, psychologues, travailleurs sociaux...) vous accueillera pour du soutien, de l'écoute et dans la mise en œuvre des objectifs prioritaires pour vous, que ce soit une réduction ou un arrêt de consommation. L'accueil est confidentiel, non payant (prise en charge à 100% par l'Assurance Maladie) et se fait sur rendez-vous.

Comme nous ignorons votre ville/département, nous vous joignons un lien vers la rubrique "adresses utiles" de notre site internet où, grâce au moteur de recherche, vous pourrez trouver le CSAPA au plus proche de votre domicile. N’hésitez pas à prendre contact pour des informations et/ou un rendez-vous.

Pour information, nous vous joignons notre fiche "cocaïne" issue de notre dico des drogues où vous trouverez notamment des conseils de réduction des risques. Nous ajoutons aussi un article intitulé "arrêter comment faire" qui pourra vous aider dans votre réflexion.

Notre service reste bien sûr disponible si vous souhaitez échanger plus amplement sur les difficultés traversées. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h du matin au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ainsi que par Chat de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le samedi et le dimanche.

Avec tout notre soutien dans vos démarches,

Bien cordialement,

En savoir plus :

- Fiche sur la cocaïne
- Adresses utiles du site Drogues info service
- arrêter, comment faire