

Vos questions / nos réponses

Valium

Par [55555](#) Postée le 04/01/2026 13:21

Jai beaucoup consommer de d'alcool jai en ma possession tu valium injectable et til possible de le consommer en voie orale sa? s risque+ cocaïne jai beaucoup de tremblement part très exesife mais qui sens suis d'agitation d'énerverement je sais pas quoi faire

Mise en ligne le 15/01/2026

Bonjour,

Nous comprenons que vous êtes en situation de mal-être en lien avec vos consommations d'alcool et que vous cherchez des solutions pour vous apaiser.

Les consommations d'alcool excessives et ou régulières peuvent entraîner de fortes anxiétés et des symptômes physiques tels que des tremblements liés au manque.

En bas de réponse, nous vous transmettons un lien vers un article qui peut vous amener des informations sur le syndrome de manque, sa durée et ses risques.

Dans le cadre de cet espace, il ne nous est pas possible de vous transmettre de conseils médicaux personnalisés.

Nous vous invitons à vous rapprocher de votre médecin traitant qui saura vous renseigner sur des traitements adaptés en fonction de votre situation médicale.

Si vous vous sentez très fortement angoissé ou traversez des symptômes physiques qui vous inquiètent, vous pouvez contacter le 15 (SAMU). Vous pourrez alors échanger avec un médecin régulateur qui pourra mesurer si votre situation présente des risques ou un caractère urgent.

Enfin, si vous souhaitez un accompagnement régulier pour être aidé à modifier vos consommations (les diminuer, les arrêter...), il vous est possible de vous tourner vers une aide extérieure auprès de professionnels du champ de l'addictologie. Il existe pour cela des structures nommées Centres de Soin d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Vous pouvez bénéficier de consultations individuelles, dans un cadre confidentiel et non payant (pris en charge par la Sécurité Sociale).

Les équipes de CSAPA sont généralement composées de médecin addictologue, psychologue, infirmier... Ils peuvent donc vous soutenir et vous accompagner sur vos difficultés en lien avec vos consommations mais aussi vous aider concernant un éventuel mal-être à l'origine ou découlant de ces consommations.

Si cette dernière piste vous convient, vous trouverez également en bas de réponse des coordonnées de CSAPA dans le périmètre géographique que vous nous avez indiqué.

Si vous souhaitez échanger davantage sur votre situation, vous pouvez contacter un de nos écoutants. Nous sommes accessibles 7J/7J, par téléphone au 0980 980 930 (appel anonyme et non surtaxé) de 8H à 2H du matin ou par le Chat de notre site Alcool Info Service du lundi au vendredi de 14H à minuit et le samedi et le dimanche de 14H à 20H.

Bien cordialement.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suiv

Centre Epidaure à Coutances

27, rue des Teintures
50200 COUTANCES

Tél : 02 33 47 40 07

Site web : www.fbs50.fr/addictologie/soins-ambulatoires-et-consultation

Accueil du public : Consultations sur rendez-vous du lundi au vendredi de 9h-16h30.

[Voir la fiche détaillée](#)

En savoir plus :

- [Article sur le sevrage](#)