

Forums pour les consommateurs

## Début de consommation cocaïne

Par Axel\_7227 Posté le 06/03/2026 à 04h24

Bonjour,

J'ai 23 ans et je fais ce post car je voulais savoir si ce qui m'arrive est très grave. J'ai été fumeur de cannabis pendant 4 ans puis j'ai arrêté il y a 4 mois et je sais que je ne reprendrais plus.

Cependant j'ai goûté à la cocaïne il y a 2 semaines avec quelques rails en soirée et j'ai trouvé ça sympa, une semaine après j'avais une soirée et j'ai pris 1G de cocaïne pour la soirée donc j'en ai consommé pas mal c'est à dire 0,7g dans la soirée qui a duré 5h00 environ.

Puis j'ai recommandé car j'ai une soirée techno qui arrive et j'ai voulu goûter la conso le soir tout seul pour connaître sa « puissance », il se trouve qu'elle est pas mal cependant lorsque j'ai fais ça j'ai pas réussi à m'arrêter et j'ai consommé les 1G dans la nuit en écoutant de la musique et en fumant des clopes. Sûrement une situation classique pour les nouveau consommateur de cocaïne mais j'ai pas envie de devenir addict à ça et je sais que je le serais jamais, c'est un autre niveau comparé au cannabis.

En bref je trouve les effets vraiment sympa mais l'addiction que ça peut provoquer fait peur, je recommencerais plus ce que j'ai fais mais depuis que je l'ai fais je repense à le faire car j'ai aimé le moment. Je veux que ça reste une drogue récréatif, en prenant une fois ou deux fois par mois le weekend et de manière raisonnable. Sur 3 soirs en pleine semaine j'ai pris 2-3g, je sais qu'il faut que j'arrête et je recommencerais pas mais ça veut pas dire que je suis devenue addicte quand même ? J'ai juste voulu me détendre, et je recommencerais pas hormis si une soirée avec des gens cette fois en vaut le coup

## 5 réponses

---

Chateaubrume - 06/03/2026 à 22h52

Bonsoir,

Je trouve ça déjà très bien que tu t'interroges sur ton début de consommation.

Je vais te donner mon avis par rapport à mon vécu, cela ne veut pas dire que c'est généralisé.

Je pense qu'il vaut mieux arrêter tout de suite, ne serais ce que d'en acheter hors soirée et seul.

J'ai commencé exactement de la même façon que toi en pensant que je ne serais jamais addict, que je ne recommencerais pas etc etc...

Et non... l'habitude et la dépendance s'installe petit à petit, augmente.. et apres on ne s'en passe plus du tout, en arrivant à un stade où on ne pense qu'à en consommer, à en trouver...

On croit qu'on ne change pas, que ca ne se voit pas, qu'on gère... cest faux.

Pour ma part je me suis enfermée dans ca, j'ai brisé mes relations sociales et surtout je suis tombée dans une grave dépression.

J'ai passé 5 ans à être dépendante de cela. Aujourd'hui j'en suis à 3 mois sans en toucher, j'ai réussi à réduire

au fur et à mesure. Je pense que l'envie peut revenir mais je suis certaine de jamais retomber dans ça au quotidien.

Franchement je ne le souhaite à personne.

Si déjà tu t'interroges et que être addict te fais peur alors arrête tout de suite. Oui sur le moment c'est génial, fun etc... mais les conséquences futures sont terribles. Oui cela rend très addict...

Demeter - 08/03/2026 à 13h34

L'addiction est en train de s'installer.

C'est rare de rester sur une consommation "récréative" sur une longue durée sans que cela dérape. C'est le produit qui veut ça.

Axel\_7227 - 21/04/2026 à 23h57

Hello, merci pour vos réponses

Depuis j'en ai pris une fois (1g sur un weekend) pour une bonne occasion, je suis conscient que c'est pas « bien », j'aime l'effet c'est pour ça que je garde ça pour les occasions qui en valent le coup. Vous avez raison c'est comme ça que ça commence, un petit rail puis 1G le weekend et la suite vous la connaissez, pour l'instant c'est pas mon cas et ça le sera jamais. J'ai bien compris ces effets addictifs bien plus fort que le cannabis de mon expérience, c'est pour ça que je me restreint à 1 fois par mois sur un weekend, enfin une ou deux soirées du weekend. Je me ruinerais pas la dedans ça coûte chère c'est clairement pas la priorité j'ai pas arrêté le cannabis pour dépenser dans « pire ». Je garde un contrôle la dessus car je me dis que je suis jeune et que c'est maintenant ou jamais, je le ferais pas à 30 ans clairement. Je reste conscient que c'est pas une bonne idée mais on a tous une jeunesse, il faut juste pas rester là dedans et c'est clairement ce dont je n'ai pas envie. Je me suis interrogé sur une addiction potentielle car ça m'inquiétait et j'avais raison, maintenant je sais que ça restera récréatif pour les bonnes occasions et pas plus. Je pense à ma santé physique et mentale, ainsi qu'à mon portefeuille.

Merci beaucoup pour votre réponse et votre prévention, ça m'a fait du bien de lire vos messages. Si je réécris un message dans ce forum je m'inquièterais fortement...

Lalouve4 - 24/04/2026 à 00h45

Hello,

J'ai aussi le même conseil : arrêter tout de suite. Ne pas tenter le diable.

C'est un poison qui s'installera tranquillement.

Ca ne restera pas récréatif...

Je n'aurais jamais imaginé me retrouver dans ce piège. Et pourtant...isolée, à l'arrêt, gâcher sa vie.... Si tu n'es que consommateur occasionnel, alors c'est facile pour le moment d'éviter le piège qui t'attend.

Crois moi , c'est un produit très pernicieux... ton cerveau va perdre

Prends soin de toi

????

Diamante - 24/04/2026 à 23h34

Bonjour, l'addiction aux drogues est souvent le symptôme d'un problème plus profond (blessures psychiques, trauma, anxiété, trouble de la personnalité) Il fait creuser de ce côté.

Il ne faut surtout pas banaliser. Mon conseil: aller consulter un médecin addictologue ou en parler au généraliste. Y'a pas de honte! Bcp de gens se cachent et n'osent pas en parler mais c'est ridicule. Les médecins généralistes connaissent bien le soucis, surtout s'ils ne sont pas vieux et croulant .  
Pour ma part, que cela soit le médecin traitant, l'addictologue ou psy ont tjrs gérer correctement mon problème.

Qd t'es addict/ malade, tu peux pas te passer des docteurs. Crois moi!

Si tu n'en parles pas, tu risques de te retrouver à voir les docteurs en URGENCE, en crise de manque (comme moi j'ai eu fait) et c'est dur de se montrer ainsi... vaut mieux anticiper!  
Fais toi suivre (traitement ) et creuse du côté psy.