© Drogues Info Service - 24 novembre 2026

Forums pour les consommateurs

Crack

Par Karine12 Posté le 02/04/2026 à 04h11

Je n'arrive pas à arrêter

5 réponses

KristobaL - 02/04/2026 à 07h39

Bonjour, je consomme aussi a l'occasion du crak.
Et je suis pas totalement dedans, je suis pas vraiment addict au crak, cars la règle et de ne jamais le faire seul cars ont se retrouve a faire la manche et ont a deux fois plus de chance de s'isoler, il faut consommer qu'avec des personnes et se motiver a arrêter, je sait que celas peux paraître compliqué a faire, mais tout se joue déjà avec soit même. Voilà les conseil que je peux vous donner pour déjà structurer un plan de début de réussite.
Je ne conseil pas de consommer bien sur, c'est très dangeureux pour la santé, je parle avec l'expérience d'un drogué cars j'en suis un.

otahi - 02/05/2026 à 11h01

Salut Karine,
T'as plus d'infos ? Tu fumes depuis longtemps ? Tu cuisines toi-même ?
T'arrives encore à sentir les effets cools du début ou juste avec les premiers cailloux de matin ?
Parce que moi c'est ça, maintenant c'est juste les 3 ou 4 pipes du matin qui montent, après plus rien jusqu'au lendemain.
Malgré tout j'enchaîne toute la journée, alors que ça me fait que dalle. C'est vraiment débile, mais bon, faut pas chercher le rationnel dans le shoot.
Du coup des fois je m'oblige à faire une sieste en journée, juste pour couper une heure ou deux, et sentir une petite montée après. Mais ça dure pas longtemps.
J'ai juste remarqué un truc positif, c'est que le craving dure pas longtemps non plus. Quand j'ai un souci d'appro et que je suis obligé d'attendre, cette espèce d'empressement obsessionnel dure une trentaine de minutes max. Ça veut juste dire que si un jour j'essaye d'arrêter, ce sera pas comme avec l'héro, je vais pas avoir l'impression de crever pendant les 2 premiers jours de sevrage. Tout le reste c'est dans la tête.
En attendant je continue.
Je suis en train de perdre peu à peu les gens qui m'importent, mon temps, des morceaux de poumons, beaucoup de pognon, etc. Enfin j'apprends rien à personne.
Mais le truc vraiment débile c'est que je gagne rien en échange. Juste 1 heure max de montée le matin.
Et le fait de venir sur ce site ou d'autres du même style, c'est pas forcément le signe qu'on cherche de l'aide pour arrêter. Des fois c'est juste pour échanger avec des gens qui te comprennent, qui sont dans la même

souffrance que toi, qui cherchent pas direct à te convaincre d'arrêter sans même savoir ce que tu vis, pourquoi tu le vis, tout ça. Si c'est pour entendre des discours hyperonymes, suffit d'allumer france inter et on est servi.

Edofraiche - 05/05/2026 à 18h37

Salut Karine,
Tu exprimes que tu n'arrives pas arrêter le crack. Je te comprends, je suis passée par là et comme toi je n'arrivais pas à arrêter....
Sans te dire ce que tu à à faire, je ne peux que te conseiller de te rapprocher d'un CSAPA ou autre dispositif addicto.
L'idée est ne pas rester seule et de pouvoir parler librement de ces consos dans un espace d'ecoute sans jugement.
Ci dessous tu trouveras l'annuaire qui te permettra de trouver un centre.
https://www.drogues-info-service.fr/Adresses-utiles
Force et courage à toi.

Fanfan78 - 07/05/2026 à 00h45

Slt. Je suis toxico depuis mes 14 ans et je suis presque une vieille dame physiquement parlant car j ai toujours 20 ans dans ma tête.
J ai tout pris, tout essayé sauf le crack. .
Je vais pas beaucoup t aider mais je te conseille de te faire aider dans des centres ou par des médecins au courant du probleme... Quitte à prendre un produit de substitution pour essayer d arrêter.. Tu seras accro au substitut mais ce sera moins craignons que le crack.
J ai été accro à l héroïne pendant des années et à l alccol et aux médocs et à la coke, bref, je serai toujours accro à quelque chose, je crois bien mais... C est comme ça. Malgré. Tout ça, j arrive à avoir une vie à peu près normale. Certains produits, certaines drogues sont moins hard que le crack. Je vis à côté de Paris et je vois bien dans quel état sont les personnes qui en prennent. C'est juste l. Enfer. Comme cte grosse merde de. Fentanyl qui débarquera en France un de ces 4.
Comme dit ci dessus, ne reste pas seule et tente le coup... Tu n as rien à perdre et tout à gagner.
Accroches toi ! Bises

Moimoimoictout - 07/05/2026 à 02h34

Pareil je n arrive pas à M arrêter et j augmente les doses je peux aller jusque 10g par jour