

Forums pour les consommateurs

Rechute culpabilité

Par Tasmant Posté le 03/04/2026 à 07h51

Bonjour à tous cela fait à peu près un an et demi que j'essaie de sortir de la consommation de psychotrope. J'ai toujours pas réussi à arrêté d'abuser de mes médicaments mais hier cela faisait plus d'un an que j'avais pas touché au thc la ké là md et ça faisait 7 mois que j'avais pas touché à l'alcool.

Hier j'ai bu un flash je culpabilise énormément je m'en veux à mort certains de mes amis avant ma rechute me disais que ça serait minable de rechuté et j'y crois énormément j'ai besoin d'aide de témoignage je suis complètement perdu et j'aimerais vraiment arrêter de m'allumer avec des médocs.

Merci d'avance.