© Drogues Info Service - 24 novembre 2026

Forums pour les consommateurs

Recherche aide et conseils

Par BK Posté le 17/10/2026 à 05h38

Bonjour/bonsoir à tous

J’ai 36 ans dans 2 mois, et je consomme régulièrement de la cocaine depuis un peu plus de 3 ans
De manière générale j’aurais tendance à dire que je suis de nature excessive, peu importe de quoi il s’agit, j’ai beaucoup de difficultés à me réguler et à me restreindre. Que ce soit la bouffe, le sexe, clopes, jeux, etc
Si je me souviens bien il me semble avoir goûté à la cocaine pour la première fois quand j’étais ado, mais vraiment pas de manière régulière.
Malheureusement la vie m’a amené à rencontrer des personnes pour qui j’avais beaucoup d’affection, mais qui ont eu une mauvaise influence sur moi (je ne rejette la faute sur personne, j’essaye seulement de décrire mon parcours)
Aujourd’hui je me sens en danger. Je n’arrive pas à me défaire de cette connerie, malgré un suivi thérapeutique, traitement médicamenteux, etc
J’ai beau en être dégouté j’y retourne sans cesse. J’ai l’impression d’être devenu schizophrène à certains moments tellement je fais l’inverse de ce que je veux pour moi. Ça me fait vraiment peur.
En plus du lot d’emmerdes que tout ça génère (problèmes financiers, mensonges, couple en péril, travail en sursis, etc), j’ai la chance d’avoir le nez tordu depuis plus de 20 ans, et la consommation m’a littéralement défoncé le nez. Cloison à 2 doigts de céder, début de problèmes à un œil, bref que du bonheur.
J’ai consulté un ORL qui m’a examiné, et sans surprise, opération impossible tant que tout ça n’est pas cicatrisé, mais en plus de ça, il m’apprend qu’une fois la cloison perforée, plus d’opération possible.
Je suis sorti du rdv tétanisé en me demandant comment j’ai pu en arriver là.
J’ai stoppé la conso aussitôt. Pendant 5 jours. Comme si rien ne me servait de leçon. Et c’est ça qui m’effraye. Je vois tout s’effondrer autour de moi, mais je n’arrive toujours pas à me débarrasser de cette merde.
Je serais curieux de lire n’importe quel conseil, soutien, ou partage d’un parcours plus ou moins similaire.
Merci beaucoup d’avance