Vos questions / nos réponses

Arret possible

Par larousse1383 Postée le 17/10/2026 05:59

> Bonjour Je fume beaucoup de crack et m injecte beaucoup de cocaïne Je fais ça toute la journée. Je n ai plus de vie sociale plus aucune activité plus rien a part la drogue. J ai fais 5 overdoses . J ai 2 enfants et mon fils de 15 ans me deteste d'abord etre une droguée mais je n Arrive pas à arrêter même pour eux. J aimerai savoir si d autres personnes sont dans la même situation et ont réussi à s arrêter

---

Mise en ligne le 22/10/2026

Bonjour,

Nous vous présentons nos excuses pour le délai de réponse inhabituel.

A la lecture de votre message, nous nous interrogeons sur le fait que vous souhaitiez le partager avec d'autres personnes qui auraient connu ou connaissent peut-être des situations similaires à la vôtre, aussi nous vous joignons les liens ci-dessous de nos espaces « Forum de discussions » et « Témoignages » de notre site. C'est en tant que professionnels que nous vous répondons.

Vous évoquez une situation de dépendance à la cocaïne et au crack et nous savons combien il peut être difficile de se libérer de ce type d'addiction. Vous évoquez cinq overdoses et nous supposons qu'il vous a été proposé d'être soutenue et accompagnée par des professionnels en addictologie afin de vous aider à vous libérer de cette dépendance si c'est votre souhait, si cela a du sens pour vous.

Nous comprenons une souffrance en lien avec cette dépendance, une culpabilité et une image de vous dégradée qui viennent entretenir l'envie de consommer

A la question de savoir si d'autres personnes ont pu se libérer de ce type de consommation la réponse est oui c'est possible mais chacun y parvient plus ou moins facilement. Dire que c'est toujours simple serait mentir mais c'est possible. Cela sous-entend d'identifier ce que vous allez chercher dans le produit, la place qu'il a prise dans votre vie, d'identifier les contextes à risque, les personnes, les lieux à éviter dans un premier

temps. Viennent ensuite les effets au sevrage, vous les connaissez peut-être. Ils peuvent se révéler très éprouvants voire insupportables mais garder à l'esprit qu'ils ne représentent pas un risque vital, qu'ils vont aller en s'amenuisant peut vous encourager à « tenir » face au craving.

Les fiches « Cocaïne » et « Crack » ci-dessous vous apporteront des informations utiles.

Réfléchir à vos ressources personnelles, humaines, ses ami(e)s délaissées au profit de la consommation, des activités que vous pratiquiez ou qui vous animaient, … vous projeter dans des situations positives et agréables pourraient vous aider à trouver du sens à cette démarche car c'est bien là que se trouve le « moteur ».

Si vous souhaitez évoquer la situation sous forme d'échanges ou encore obtenir des informations sur les prises en charge en addictologie, il est possible de nous joindre tous les jours de 8h à 23h au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ainsi que par Chat de 12h à 19h.

Nous vous encourageons à ne pas vous maintenir dans l'isolement.

Bien cordialement

En savoir plus :

- Fiche sur la cocaïne
- Fiche sur le crack