

Vos questions / nos réponses

## Est-ce une dépendance? Que faire?

Par [Profil supprimé](#) Postée le 02/05/2014 15:57

Bonjour,

Mon problème ne concerne pas les produits, ni les jeux, ni les machines, ni le sexe. Pourtant, je me demande s'il s'agit d'une addiction et/ou dépendance.

Dans un message antérieur, j'avais décelé un manque de concentration chez moi, qui n'est pas dû à mes anciennes consommations de cannabis d'après votre réponse mais d'un mal-être existant, notamment un délire de persécution.

Il m'est impossible de ne pas repenser à une situation désagréable, et notamment une fille réputée très belle dans mon ancien lycée avec laquelle il s'en est fallu de peu pour que je sorte avec. Depuis 3 mois, j'avais réussi à l'oublier mais depuis que je suis tombé sur une photo d'elle, l'"addiction" revient; sans cesse je me remémore tous les événements qu'il s'est passé avec elle.

Les sensations sont intenses dès que j'y repense; palpitations, rougissements, sueurs, nausées, maux de tête, état de transe... Autour de moi, plus rien ne compte à part ces moments qui remplissent mes journées. Il m'arrive de prendre de forte quantité d'excitants pour ne pas dormir de mes nuits afin de penser à elle et aux événements faisant parti de mon délire de persécutions. J'ai également très peu d'appétit, ayant perdu 6 kg en 2 semaines (depuis que j'y repense).

J'en ai effectivement parlé à un psychiatre qui est actuellement en vacances. Je suis un traitement nouveau donc il est trop tôt pour se prononcer. Cependant, depuis que je retombe dans ces travers, j'ai l'impression que ce sont mes 2 années de thérapie qui s'envolent. Faut-il changer de psychiatre?

Que faire? Est-ce une addiction/ dépendance?

Désolé si ce message ne correspond peut être pas aux compétences de ce site, mais je me pose vraiment la question concernant le terme de dépendance/addiction ici. Je n'ai personne à qui en parler également.

Merci d'avance pour vos réponses.

Bonjour,

Vos questions et les "troubles" (délire de persécutions) que vous décrivez relèvent plus d'une prise en charge psychologique car cela dépasse effectivement le cadre de cet espace question / réponses. C'est sans doute une bonne chose que vous ayez pris contact avec un psychiatre afin de pouvoir évoquer avec lui le fait que vous "ressassiez" sans cesse les événements liés à cette fille jusqu'à vous en empêcher de dormir ...

Sans parler de dépendance ou d'addiction, il nous semble important que vous puissiez comprendre pourquoi vous n'arrivez pas à passer à autre chose. Nous ne pouvons donc que vous encourager à trouver un interlocuteur privilégié qui puisse vous accompagner dans vos difficultés. Si vous vous sentez en confiance avec votre thérapeute actuel, vous pouvez peut être continuer à y réfléchir avec lui, continuer ce travail sans vous décourager ni remettre en question le chemin que vous avez déjà effectué ..

Cordialement.

---