

# Comment arrêter la cocaïne en urgence

Par Profil supprimé Posté le 08/09/2014 à 14h20

Comment arrêter la consommation de cocaïne urgent

« Bonjour, j'ai 48 ans et depuis une mauvaise rencontre que j'ai faite au mois de Mars, j'ai demandé de mon propre chef de goûter à la cocaïne, tout d'abord en sniffant et le jour de la fête de la musique, j'ai demandé à la personne de m'injecter directement le produit. Les effets tout d'abord "géniaux ", mais très brefs, on va dire, ont été super mais au fil des jours, ma consommation est devenue quotidienne et très intense. De plus entre-temps, j'ai appris à faire les injections moi-même. C'est devenu un enfer, un carcan tout d'abord au niveau finances, et ensuite au niveau vie privée. J'ai contacté un centre d'addictologie avec lequel j'ai commencé une thérapie car je veux impérativement arrêter mais hélas quelquefois je rechute bien que ma consommation ait depuis quelque temps diminué. Je lance cette discussion afin que je puisse avoir les témoignages de personnes qui ont vécu cette situation de près ou de loin. Merci à toutes et à tous. »

## 30 réponses

---

Profil supprimé - 12/09/2014 à 19h40

Bonsoir, je suis malheureusement dans la même situation que toi sauf que je n'injecte pas. j'ai essayé il y a un an car je pensais contrôler, ce qui était vrai au début, 1 we de temps à temps puis c'est devenu un besoin ....c'est désormais elle qui me contrôle. Je m'en rends compte, du coup je m'en veux, je me dis que j'ai pas de volonté, moi au fort caractère qui ne croyait qu'on pouvait se sortir de tout .... ben non, je suis devenue parano, renfermée beau résultat;Que le temps où elle me faisait un bien fou est loin ! que faire ?

Profil supprimé - 23/10/2014 à 13h56

Bonjour Titou, bonjour aureline,

Pour répondre à votre question Titou, il n'y a pas de méthode pour arrêter la cocaïne "en urgence". Arrêter cela se construit et vous faites déjà le début de ce parcours. Vous n'avez certes pas {encore} arrêté mais vous avez déjà diminué spontanément !

Aureline, la voie de se faire aider par un centre d'addictologie est une bonne façon d'essayer de mettre un terme à votre addiction. Les Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention des Addictions (CSAPA) sont spécialisés dans ces questions d'arrêt. Ils peuvent vous aider à faire mûrir votre envie d'arrêter et vous accompagner dans le temps pour réussir à arrêter sur le long terme. C'est gratuit et confidentiel. Les adresses sont dans notre rubrique ["S'orienter"-><http://www.drogues-info-service.fr/?-Adresses-utiles->].

Comme vous l'avez repéré l'un et l'autre on peut devenir dépendant à la cocaïne assez rapidement et on ne contrôle alors plus rien. C'est parce que la cocaïne modifie notre cerveau. Il ne retrouvera son équilibre que s'il y a arrêt. Cet arrêt a des conséquences malheureusement négatives au départ (fatigue, déprime) mais c'est une période qui se traverse. En fonction de l'histoire de consommation, de la personnalité, des projets et des soutiens que l'on a, cette sortie de cap difficile est plus ou moins rapide et solide. En cas de rechute il ne faut pas désespérer. Il faut chercher à se remettre à l'arrêt le plus tôt possible et aller rechercher de l'aide.

Ne vous mettez pas la pression pour arrêter seul et cherchez de l'aide pour en parler plutôt.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 05/04/2017 à 06h19

Pour arrêter la cocaïne pas besoin d'aller dans un centre à par si tu as besoin d'une aide psychologique. La cocaïne n'as pas de sevrage comme avec l'héroïne, c'est juste mental. Alors pose toi la question tu arrête pourquoi car tu n'as plus une tune ou parce se que tu veux t'en sortir si tu as la réponse, tu as déjà fait un grand pas. Si tu as besoin d'aide pour parler je suis la et je répondrai à tes question avec franchise et sincérité. 46 ans multi drogue pendant 20 ans ne touche plus à rien depuis 9 ans meme plus de cigarette. Peace

Profil supprimé - 07/12/2017 à 11h49

Bonjour Coybadboy07

J'ai 31 ans je consomme depuis 1 an assez régulièrement je suis tombée enceinte en mai cette année je me suis dis Je stop tout car je le désire mon bébé mais le soir même j'ai retouché avec de l'alcool et quelque semaine après je l'ai Perdu à 8 semaines de grossesse je m'en veux mais je n'y arrive pas je veux arrêter mais j'ai trop dur je suis vraiment malheureuse car je veux un bébé et mes blessures du précédent sont toujours belles et bien ouvert encore depuis 6 mois j'essaie et j'essaie encore de tomber enceinte sans y parvenir et je sais que prendre cette merde n'y arrangera rien mais je n'y parviens pas c'est plus fort que moi je suis à 40 kg pour 155 cm j'ai énormément perdu de poids mais même en sachant tout ça ça ne me donne pas la force de dire stop et d'arrêter Je suis en pleine dépression mais rien y fait j'ai plus touché depuis mardi j'ai les sous sur moi pour en acheter et je sais que ce soir ça sera reparti pour un tour alors que sur le moment j'en ai pas envie mais une fois là je n'a pas a dire non

Profil supprimé - 11/12/2017 à 10h29

Salut à toi,

Je t'écrit parce que j'ai une question perso.

Ma soeur m'a fait sniffer pendant la nuit, moi, je ne prends rien, et j'aimerais avoir ton avis de consommateur.

Ca fait 1 an et demie, qu'est-ce-que je risque?

Va-t-il y avoir un effet dans quelque temps?

J'ai peur

Aide-moi.

Merci,

Charlotte-Lee

Profil supprimé - 29/04/2018 à 03h45

J'ai commencé à prendre de la cocaïne pour me souvenir de mes soirées depuis je ne sais plus boire sans.

Profil supprimé - 13/05/2018 à 22h32

Bonsoir, je suis un ancien consommateur de freebase, cocaïne basée à l'amoniac, je vous fais part de mon expérience car j'ai bien envie que des gens s'en sorte comme je m'en suis sorti, déjà la base pour arrêter est de se dire comme coybadboy nous dit il vous faut vous rappeler quels sont les aspects négatifs et un jour vous décidez d'arrêter subitement, personnellement il a fallu que je me rende compte que la cocaïne me contrôlait et un jour un ami à voulu en prendre chez moi j'ai refusé et je l'ai mis dehors, aujourd'hui cet ami m'envie et voudrait arrêter comme je l'ai fait, sachez que la prise de conscience de du contrôle de la drogue sur nous est le premier pas pour arrêter correctement mon ami n'a pas encore conscience de son addiction il lui faut donc un peu de temps pour votre part vous êtes tous prêts cela fait 1 an aujourd'hui que je suis clean, j'ai même arrêté par la même occasion le cannabis, je pense que pour des personnes vraiment très accro il vous faut vous dépenser par exemple avec le sport, je ne sais pas si j'étais gravement accro je ne sais mais sachez que arrêter n'est pas de tout repos, il faut passer quand même quelques heures en état de manque "manque seulement psychologique" mais ça vaut le coup croyez moi ! Je vous rassure ? Il m'a fallu en 1 an sans mentir, lutter 2-3 fois contre l'addiction pas plus, rassurer encore plus ? Au bout de 2 mois je n'ai plus eu d'état de manque cela fait donc 10 mois que je n'y pense plus, peut être que votre organisme est moins difficile à sevrer ou peut être le contraire il faut savoir que nous sommes tous différents face aux addictions nos organismes sont différents mais quand on arrête le résultat est le même pour tout le monde ! Très bonne satisfaction personnelle, j'ai pris confiance en moi et j'ai tout l'avenir devant moi je suis heureux ! Bonne chance et je reste à votre disposition pour d'éventuelles questions. Kiss

Profil supprimé - 19/07/2018 à 11h14

Bonjour,

Pour ma part, j'ai constaté que le conditionnement faisait tout. On est conditionné à l'idée largement répandue qu'il est difficile d'arrêter de fumer, d'arrêter de boire, "de sortir de l'enfer de la drogue". Ces idées colportées dans notre société, dans le monde entier font qu'à elles seules en tant que simple "idée reçue" même adolescent on a bien imprimé dans notre cerveau que quelqu'un qui touche à ce type de substances y devient addict. Le cerveau n'a pas besoin de faire 4 chemins, et la première fois que vous y goûtez, votre subconscient est conditionné pour en redemander puisque la conviction est là tapis dans l'ombre depuis toujours. Même si on goûte juste une cigarette, une taffe, enfouie au plus profond de nous cette conviction cette idée reçue va faire son bout de chemin très vite chez la majorité d'entre nous puisque ces idées reçues sont des conditionnements. J'ai été conditionnée à croire, ou plutôt à "SAVOIR" qu'il est difficile d'arrêter de fumer, c'est pour ça que j'ai fumé pendant des années. J'ai été conditionnée à croire, à "SAVOIR" que je suis une Swelène potentiel si je prend mon premier verre, c'est pourquoi j'ai eu un rapport obsessionnel à l'alcool qui m'empêchait d'en finir. L'obsession à l'égard de toutes ces substances a été programmée et j'y ai été conditionné, on me l'a toujours montré comme quelque chose d'inférieur, dans les couloirs de la mort, de la fin, de ma fin, de ma ruine, de la ruine de ma santé, de mes ambitions de ma famille. Des millions de fois depuis mon enfance on m'a préparé à être confronté à un monstre, à l'enfer. J'ai passé tous mon temps à prétendre que je maîtrisais ce monstre, chialer seule en cachette parce que j'étais en enfer. Mais tous ça c'était des on-dit. Un matin, j'ai ouvert, les yeux, je n'ai rien pris, je me suis dit, "et si tout ça c'était juste des arguments marketing issus des fabricants de ces saletés, et si Dionysos le dieu du vin, avait investi des milliards sur une campagne marketing remplies de messages subliminaux suggérant à tout individu "l'alcool on y devient addict". Et si je me mettais à me prendre autant au sérieux que le ferait un chien, un cheval, un âne. Si j'arrêtais de me prendre au sérieux. Et si j'avais enfin les couilles de faire face à cette vie que j'ai trouvée si terne et sur laquelle j'ai déversé des substances en tout genre pour la rendre plus épicée. Mais au fait, quel goût avait-elle ? Était-elle à ce point fade ma vie pour que j'ai besoin de prendre des substances

supposées m'aider à me surpasser.? Quoi, ma vie est si banale, si ratée, si basique, je suis un citoyen lambda qui ne fait que passer dans cette existence et qui disparaîtra un jour comme un pet dans le vent. Eh bien oui, et j'adore sentir le vent sur mon visage, sur mes cheveux, j'adore ma vie, elle n'était pas fade, mais ils m'ont aussi conditionné à le penser. Je vis sans addiction et je trouve la vie extraordinaire, je vois de la beauté partout, je suis riche extrêmement riche bien que matériellement pauvre. Ils nous ont dit que des conneries mais faut pas leur en vouloir, une population humaine mondiale dotée d'une intelligence, tout est permis pour la contenir. Se droguer pour éviter de faire face. Alors j'ai fait face, j'ai regardé et c'était simplement une lumière éblouissante dans l'obscurité qui m'effrayait. C'est tout ce que l'on trouve et ce dont ils ont voulu nous prouver. "Ils" c'est qui? Ils sont partout, dans l'éducation, la télévision.... depuis des millénaires. Je me droguais car je savais que je n'étais pas un mouton, juste un être simplement, alors pourquoi diable veulent-ils absolument que je m'insère dans l'une de leur saleté de file. Sortez de la file, vous y verrez les plus beaux paysages, à commencer par celui que vous contemplerez dans ce miroir. Voilà l'enveloppe dont votre âme a voulu se vêtir dans cette vie. Elle lui va comme un gant. Elle porte votre visage à merveille. Coupez le son en arrière plan de ce miroir, le son de leurs murmures qui depuis toujours vous ont conditionné à détester ce visage, ce corps, cet être au point de le tuer à petit feu. Il est la plus belle parure de votre âme. Prenez-en soin. Voilà, désolée c'est parti dans tous les sens...

Peace

Profil supprimé - 21/07/2018 à 01h45

Profil supprimé - 25/09/2018 à 03h28

Bonjour à tous, j'ai 35 ans j'ai pris mon premier trait il y a 7 ans et depuis j'ai enchaîné. Mais là je suis déterminé à arrêter j'évite tout mes amis qui ont le nez dedans ça fait 15 jours que j'ai rien pris et les effets du manque apparaissent de plus en plus et j'avoue y a des fois je suis à 2 doigts de me taper. Des conseils svp j'ai du mal à dormir le soir j'ai des tremblements, cauchemars et j'en passe. bon courage à tous ceux qui bataillent aussi

Moderateur - 25/09/2018 à 10h01

Bonjour Chouka92,

Même s'il n'existe pas de traitement spécifique contre la cocaïne, un médecin peut vous prescrire des médicaments (à prendre temporairement) pour vous aider à alléger les symptômes qui vous posent problème aujourd'hui. Vous n'êtes par exemple pas obligé de vivre à plein vos insomnies.

Cependant les cauchemars sont aussi le signe de votre résistance actuelle. Vous êtes en conflit psychique mais il se pourrait bien qu'à court ou moyen terme vous fassiez un rêve "résolutoire", duquel vous vous réveillerez en ayant la sensation d'avoir réglé quelque chose.

En tout cas bravo pour votre résistance et les moyens que vous avez mis en œuvre pour tenir le coup. Occupez-vous le mieux que vous pouvez l'esprit, par des activités qui vous plaisent. Cela vous aidera à passer d'autant plus vite cette phase difficile. Dites-vous aussi que cela ne va pas durer et que bientôt vous retrouverez votre équilibre.

Enfin, restez toujours vigilant et interdisez-vous de "taper" à l'avenir quoi que ce soit, même une "petite trace". Le cerveau est toujours malin pour faire croire que ce n'est pas grave mais lorsqu'on a été dépendant à cette drogue c'est la voie vers la rechute.

Si vous souhaitez en parler, n'hésitez pas aussi à appeler notre ligne d'écoute au 0 800 23 13 13, gratuite et ouverte tous les jours de 8h à 2h.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 25/09/2018 à 15h35

Bonjour tout d'abord j'ai été cocaïnomane pendant deux année deux année d'enfer je m'en suis sorti grâce à la ritaline qui m'a était prescrit par mon neurologue normalement c'est un médicament pour les tdah mais il y a eu des études comme quoi il aidait pour le sevrage de cocaïne ou de freebase ou bien même d'extasy Puisque c'est enfaite une amphétamine ce qui je vous l'accorde n'est pas génial mais c'est toujours mieux que de dépenser ses sous betement dans de la cocaïne j'ai arrêter pendant quatre ans puis mon médecin a dit qu'il fallait que j'arrete La ritaline ( ou concerta) j'ai replongé un mois après ce médicament est vraiment ce qui m'a permis de m'en sortir

Profil supprimé - 26/09/2018 à 03h24

Bonjour , aujourd'hui 16 jours je les compte mdr c'est fou. j ai ete radical en faite j ai commencer par la clope et l alcool en juin avant les vacances et c est passer crème je n'en ressent plus le besoin ni l'envie . mais La coke je tapai dedan t'en même temps j était dans le sud à cannes et sur La je suis passer voir un amis qui avait de la dynamite du coup j ai craqué 1 trait danger 2 trait sécurité et apres c est des grammes qui s envol bref. Je suis bien déterminé en tt cas cet drogue ma faire perdre beaucoup de temps et beaucoup d'argent alors c fini je La bannie . Je me dit que c est qu une montagne que je dois traversées Ca vas le faire je prend des somnifère pour dormir un peux mais bon meme Avec c'est chaud c'est du zepiclone . En tt cas super gentil pour ta réponse on se sens moi seul à bientôt et courage à tous on vas y arriver le bout du tunnel est proche

Profil supprimé - 17/10/2018 à 18h42

Bonjour Chouka, j'espère que tu tiens le coup. J'ai vécu ça, si tu ressens toujours le besoin d'en parler je suis là. Plus de C depuis 6 ans maintenant et je suis fière d'avoir réussi à m'en sortir .  
Bon courage

Profil supprimé - 20/10/2018 à 10h54

ninaninata

bonjour très beau post tu m'as fait pleurer mais c'est tout à fait ça.

moi je suis bloquée dans cette spirale infernale...

j'ai commencer à 20 ans alors que j'étais anti drogue dure par le biais de min conjoint qui est toujours à mes côté depuis 11ans .

j'ai commencer très fort avec minimum 3gr par jours et sa poulet aller à 5 ou 6 gr c'est simple je dormais une fois tous les 3 jours et idem pour manger je ne sortait plus et perte de 15kg en 2 mois je suis ensuite tombé enceinte la je me suis dit c'est fini mais mon conjoint consommait encore et devant moi du coup penda r ma grossesse cela met arriver de faire deux ou trois trace par si par la jusqu'à mo. 5eme mois de grossesse ou suite à un choqué énorme (perquisitions) emprisonnement de mon conjoint etc Jean plus touché à la cocaïne pendant 2 ans ni cannabis et puis un jours j'ai refumer un pétard rebut de d'alcool et puis repris 1gr ceci

vraiment de temps en temps 3ou 4 fois par an et puis un peu plus chaque année et puis depuis 2 ans j'ai complètement rechuter avec mon conjoint tout les weekends après même en semaine presque tout les jours... en grande quantité a dépenser des sommes astronomiques.  
.( 1200e par mois) horrible j'ai honte .... cela me pourri la vie et je suis incapable de dire non tant que je n ai pas ça va mais mon conjoint en ramène souvent de su coup les belles promesse que je me fais a moi même de plus y touché tombé à l'eau.... je me dit que pour arrêter je dois quitté mon conjoint mais es ce que une fois seul je retomberai pas dedans... enfin la aujourd'hui j'ai encore pour la 100eme fois décidé d'arrêté cette mer de pour moi mes enfant ma vie quoi vais je avoir cette forte de dire non à ce qui vont me propose??? ou encore être faible .... que faire je suis perdu .

Profil supprimé - 27/10/2018 à 22h22

Bonjour à vous tous personnellement je n'arrive pas à arrêter ,j'ai besoin de parler avec des gens qui ont pu arrêter la consommation de cette drogue qui me détruit.merci à vous

Profil supprimé - 27/10/2018 à 22h36

Salut Chouka 92

Je suis dans la même situation c'est très dure je suis entrain de me détruire personne de mon entourage sait que prend cette drogue du coup je retrouve seul .je veux arrêter j'ai la volonté et je je vais pas baisser les bras car j ai des enfants que je suis entrain de perdre

Profil supprimé - 17/12/2018 à 01h24

Bonsoir, j'ai 23ans je suis un addicte à la Cocaïne et malheureusement c'est venu très vite en l'espace de 1mois j'etais déjà addicte. Maintenant cela fait 7mois et entonnement j'arrive a beaucoup mieux gérer que avant.. je pense que c'est une histoire de force et volonté même si j'ai pas totalement arrêter j'arrive à résister pour arrêter complètement il suffit juste de couper les ponds avec toutes les personnes néfastes qui peuvent vous remettre dedans.. Et Si jamais sa ne suffit pas le coté financier vous calmeras très vite !!

Profil supprimé - 08/05/2019 à 06h26

Bonjour a vous tous..  
22 ans que la coke me pose de sérieux problèmes...  
Je m en sors heureusement pas trop mal...avec l aide d un  
Remarquable addictologue.  
J ai une double dépendance avec l alcool..  
Mon astuce en ce moment j ai 2 boire pas plus de 2 verres de  
Vin ... sinon je crève d envie.  
Ma meilleure amie est dans une dépression terrible a cause de cette saloperie..  
Et c est son mari médecin qui l a misé dedans..  
Mais courage...on peut s en sortir...pas se culpabiliser si on rechute une fois..  
On peut voir le bout du tunnel..  
Maintenant je consomme une fois tous les 15 jours et 1 g me fait 3 jours..donc courage à tous.  
Pascale

Profil supprimé - 19/09/2019 à 23h36

Salut à tous..

En 2001 j'ai découvert cette merde suite à une rupture amoureuse..( ma première)

Donc mon pote qui essaie de me motiver pour rebondir, puis un soir de sortie, rencontre avec la vilaine.. Cela a duré 3 ou 4 mois puis un jour je me suis regardé dans le miroir et je me suis dit" soit tu arrête les conneries, soit autant te jeter dessus par la fenêtre ( j'étais en immeuble au 7eme)

J'ai arrêté et j'ai plus revue la vilaine jusqu'à y'a 3 ou 4 ans... ( Soit 2017)

J'ai l'habitude d'en prendre quasi toutes les semaines, avec des break de 2 a 3 semaines accès régulièrement..

Aujourd'hui je veux arrêter, mais je n'ai plus de volonté c'est relou..

Je me dis quand j'en ai, c'est la dernière fois et quelques jours après je craque et me refourni..

C'est relou... Je n'arrive pas a me dire stop une bonne fois pour toute comme pour la première fois en 2001...

Les finances sont au rouge, ma motivation général en prend un coup..

Je sais que c'est pas bien, mais boire un coup avec ça est presque devenu un rituel..

Et malgré mon âge (45) je n'arrive pas a avoir la sagesse que je suis sensé avoir acquis au fil des ans pour me sortir de cette situation...

Profil supprimé - 22/09/2019 à 13h22

L'autre soir après avoir posté, je regretterai.. peur d'une éventuelle conséquence non maîtrisée.. c'est con je sais..

Ais pour ceux qui lirai ceci, sachez que le fait de vider son sac sur un forum qui semble être en adéquation avec nos démon ça fait du bien..

Je scrute depuis une éventuelle réponse, mais pas dit que ce soit le cas, mais j'insiste sur le fait de pouvoir en parler, de pouvoir vider son sac, mine de rien je pense que c'est un premier pas vers du mieux.

Je vie en couple et j'ai deux enfants,mais il m'est impossible d'aborder le sujet avec ma moitié, elle ne comprendrai pas...

Finalement ce forum est un bon exécutoire, c'est un premier pas pour m'aider à couper les ponts avec celle que j'appelle "la vilaine"

Profil supprimé - 24/09/2019 à 14h14

Salut, toutes additions ont une porte de sortie ! Il faut juste la volonté et ne pas avoir peur d'en parler à des proches à ton doc ect.... J'ai commencer à fumer régulièrement du cannabis très jeune vers 14 ans de manière régulière comme bcp de mes amis puis j'ai découvert les teufs et la j'ai vraiment sombré..... Au début c'était le samedi soir un peu d'exta, un buvard, du speed de la coke en fait du moment qu'ont trouvaient qlq choses ont était content.... Puis sa a été le vendredi et samedi puis after en plus le dimanche et au final ont tapaient tous les jours. Je me suis vite rendu compte de ma d'échéance et j'ai tout perdu, plus de taff plus de logements et je suis vraiment tombé dans la galère. Trop fier pour demander de l'aide à ma famille je me suis laisser aller et mis à deal pour survivre. Jusqu'au jours où j'ai eu un declique j'ai pris un billet de train et je suis allez voir

mes proche pour en parler et demander de l'aide. Ils ont accepté de suite et mon proposé une cure que j'ai suivis à la lettre. Je suis sortie de là-bas en forme depuis bien longtemps j'ai retrouvé du travail fondé une famille la vie de mes rêves. Je travaillais de nuit le taff était dur et pour combler les douleurs j'ai commencer les codolipranes c'était magique je bossais pour deux jamais fatigué et je me suis retrouver de nouveau dépendant d'une merde mais la sans chercher a me defoncer..... Puis c'était la tournée des pharmacies pour acheter mes boîtes et après je demandais à ma femme d'en acheter aussi de son côté pour assouvir mes besoins bref elle a vécu deux ans de galère.... Les pharmaciens me font rire car à l'époque quand tu pouvais te procurer la codéine sans ordonnances beaucoup me vendais 4,8 boîtes d'un coup alors qu'ils savaient très bien que c'était illégal. Puis un jour le pied au mur j'ai eu droit à la fameuse phrase qui m'a vite fait réfléchir "c'est la codéine ou nous !" là j'ai plus trouvé sa drôle du tout, perdre ma femme, mes gosses pour cette merde le choix était vite fait ! Rdv chez ma doc, sevrage direct 1 semaine à être que douleur, entre le vomi et la diarrhée les coups de chaleur les frissons les maux de tête ect les bonnes vieilles crises de manques. Enfin 1u bout de 20 jours j'ai commencé à voir le bout du tunnel et à me sortir une fois de plus d'une dépendance. Donc voilà mon expérience je vous souhaite de réussir à vous en sortir tous et n'ayez pas peur de parler ! La vie est belle même clean et ça permet de s'ouvrir au monde rien n'est perdu du moment qu'on a l'envie de s'en sortir. peace !

Profil supprimé - 04/04/2020 à 23h58

Bonsoir à Tous

Je connais aussi l'enfer de la Cocaine surtout financier et la déprime qui en découle en se disant à chaque fois, "c'est la dernière".

Je me contente de la sniffer mais je suis entouré de gens qui la base ou se l'injecte et cela me dégoûte cet été. Étant harcelé par une 30aine de dealers j'ai décidé de changer de numéro de téléphone (en 3 minutes par SFR) et de le redonner qu'à 20 personnes saines et proches le nouveau numéro

Il faut faire un tri drastique dans ses relations, c'est une drogue du mentale et sociale no limite des fois .

Mais ne vivant que dans une ville de 150.000 hbts, j'ai tenu 4 mois et c'est reparti..

Mais ce qui est sûr, jamais ne la fumerai car les gens deviennent à mon sens dingue...

Ça me dégoûte... et donc une motivation pour re-arrêter.

Bon courage à tous...

Profil supprimé - 09/04/2020 à 19h26

Bonsoir, je voulais quelques conseils si possible. J'aimerais savoir comment arrêter sans substituer. Genre pas devenir alcoolique ou prendre des médicaments.

J'ai déménagé une fois à 600km pour réussir à arrêter. J'ai réussi à arrêter la free base mais pas sniffer. Du coup jme suis perdu dans la campagne sans voiture sans contact mais jme sens tendu, sensible, un peu trop. Et je commence à boire et prend des somnifères pour dormir. Ça fait 2 mois.

Profil supprimé - 23/07/2020 à 02h55

Bonjour à tous,

Je ne me sens pas d'exposer ma situation mais j'ai vraiment besoin d'aide.

J'ai lu vos posts et me retrouve dans certains d'entre eux..

J'aimerais avoir contact avec qq'un..



Par avance merci.

Bon courage a tous

Moderateur - 23/07/2020 à 08h24

Bonjour Nanapapou76,

Merci pour votre message. Nous faisons l'hypothèse que vous souhaitez de l'aide pour vous en sortir, probablement pour arrêter la cocaïne.

La cocaïne c'est difficile de l'arrêter seul si l'on en est accro. L'envie est forte et l'arrêt difficile. C'est un cap à passer et comme c'est essentiellement "psychologique", l'aide des professionnels est un élément important pour y arriver. Il existe aussi des médicaments qui peuvent aider à passer le cap du sevrage.

Nous vous conseillons de prendre contact avec un CSAPA (Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie) proche de chez vous. Les consultations sont gratuites et vous aurez affaire à des professionnels des addictions.

Appelez notre ligne d'écoute (numéro en haut de page) ou utilisez la rubrique "adresses utiles" de ce site pour trouver des adresses.

Courage,

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 05/11/2020 à 21h41

Après avoir vu vos expériences, je décide de mon lancer.

Pour ma part je suis tombé dedans depuis 2 ans. Tout allé bien au début, je n'en prenais que avec les pote de soirée. Mais au fur a mesure cela est devenue indispensable delors que je prend l'apéro et uniquement à ce moment là.

Avec les copain nous prenons un ou deux apéros par semaine du coup j'en prend 2 fois par semaine et au mieux une fois.

Je suis pas un grand consommateur mais le fait d'être obligé d'en prendre car sinon ma soirée sera pas aussi extra que si j'en prend pas me gave. J'essaye de diminuer et jy arrive mais pas complètement et c'est ça que me fait chier

Profil supprimé - 15/01/2021 à 03h55

A mon tour de me livrer.

J'ai fait connaissance avec la coke il y a 2 ans. Étant un ex heroinoman en injection sobre depuis plus de 30 ans (j'ai 60 ans), c'est naturellement que j'ai préféré le mode injection pour consommer. Pendant 1 ans j'ai consommé frénétiquement à raison de 2g par jour avec toutes les conséquences que vous imaginez. Et puis j'ai décidé d'arrêter quand je suis tombé sur un produit tellement mauvais que cela m'a dégoûté et ôté l'envie de recommencer. Seulement voilà, mon dealer principal est devenu un pote et un jour il me propose de

devenir son testeur quand il doit acheter une grosse quantité. Je n'ai pas réussi à refuser. C'est ça le démon de la coke, ne pas consommer n'est pas si difficile tant que vous n'en avez pas à disposition. Mais comme il m'offre 1g à chaque test, je ne m'arrête pas tant que le pochon n'est pas vide. Un jour mon cœur me lâchera et fini les conneries.

En ce moment je fais une session par semaine et curieusement les intervalles ne me posent pas de soucis. Aucun craving, mais au moment où je touche le pochon je ne contrôle plus rien.

Profil supprimé - 01/04/2021 à 17h08

Il y a maintenant 11 mois que je consomme de la cocaïne.. Au tout début, cela a commencé parce que j'en avais assez de me faire dire que j'étais "miss parfaite". je ne touchais à rien... et en un claquement de doigts, je me retrouve avec une seringue dans le bras et de la coke... cela fait 6 jours que je n'y ai pas touché mais mon conjoint ne cesse d'en parler en disant: "on le mérite avec ces 6 jours sans." ce matin je lui ai dit: "non mais tu cherches-tu le trouble?? me dire ça à moi live là??? tu veux que je pleure hurle ou frappe partout?" depuis... on ne s'est pas reparlé et je rage car moi, je n'y pensais plus et je remontais la pente... en ce moment, juste pour cesser de pleurer j'en referais... comment combattre ce sentiment de détresse psychologique..?

Alain63 - 18/10/2023 à 15h35

Je tiens à partager une expérience personnelle avec vous, car je crois que la compassion et le partage d'informations peuvent être d'une grande aide pour ceux qui luttent contre les addictions. Une personne très chère à mon cœur se bat actuellement contre une dépendance à la cocaïne, et c'est une épreuve extrêmement difficile pour elle et pour toute la famille.

La cocaïne a rapidement pris le contrôle de sa vie, la menant vers un avenir incertain. Les effets initiaux, comme elle l'a décrit, étaient peut-être "géniaux", mais cette euphorie a rapidement laissé place à une réalité plus sombre. La consommation quotidienne et intense a créé un véritable cauchemar, non seulement sur le plan financier, mais aussi dans sa vie personnelle.

Heureusement, ma proche a décidé de chercher de l'aide et a commencé une thérapie dans un centre d'addictologie. Cette démarche est un premier pas courageux vers la guérison. Bien que la route soit difficile et qu'il puisse y avoir des rechutes en cours de route, chaque jour sans consommation est une victoire.

Ce que je veux partager avec vous, c'est qu'il existe de l'espoir. L'hypnose, dans le cas de ma proche, a été un outil précieux pour l'aider à s'en sortir. Elle a progressivement retrouvé le contrôle sur sa vie et a appris à gérer ses pulsions. Cela ne s'est pas fait du jour au lendemain, et il y a eu des moments de rechute, mais elle persévère.

L'important, c'est de ne pas juger, de soutenir, et de continuer à chercher des solutions pour surmonter cette addiction. L'amour, la compréhension, et la patience sont essentiels dans ce processus. Si vous ou quelqu'un que vous connaissez fait face à une situation similaire, je vous encourage à chercher de l'aide, à vous entourer de professionnels et de proches, et à garder espoir. La guérison est possible, même si cela demande du temps et de la persévérance.

Mon cœur est avec toutes les personnes qui luttent contre les addictions, ainsi qu'avec leurs proches. N'oublions jamais que nous sommes plus forts ensemble, et que chaque petit pas vers la guérison est une victoire en soi.

La communauté de <https://www.drogues-info-service.fr/> m'impressionne de jour en jour...