

Vos questions / nos réponses

# Dépendance

Par [Profil supprimé](#) Postée le 23/02/2016 16:00

Comment savoir si on est dépendant d'une drogue ?

---

**Mise en ligne le 25/02/2016**

Bonjour,

Votre question est intéressante et le fait de se la poser peut laisser penser que vous avez pris conscience qu'une consommation peut-être problématique.

Je ne sais si elle s'adresse à vous ou à un proche mais dans les deux cas la question à se poser est "est-on en capacité de s'abstenir pendant un certain temps ?"

Si la réponse à cette question est "oui l'abstinence est possible sans difficulté", alors on peut penser à une consommation maîtrisée, sans pour autant qu'elle ne soit pas sans risque d'un point de vue de la santé.

Si la réponse est "non, l'abstinence n'est pas possible sur la durée", il est important de se poser la question de la dépendance et de la place qu'occupe la drogue dans la vie de la personne.

Dans les deux cas, si vous souhaitez évoquer la question de la dépendance vous pouvez nous contacter au 0800 23 13 13 de 8h à 2h (appel anonyme et gratuit), également par chat de 14h à 2h sur le site drogues info service.

Il peut être utile de savoir qu'il existe également des Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) dans toutes les régions de France où des équipes de professionnels spécialisés en addictologie permettent aux usagers ou à l'entourage de faire le point sur les difficultés rencontrées et proposent un accompagnement vers l'arrêt ou la consommation modérée de drogues.

Cordialement

---

