© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Refréner une envie

Par Profil supprimé Postée le 17/09/2017 23:27

> Bonjour depuis un certains j'ai l'envie (mais aussi peur) de tester l'héroïne et aujourd'hui j'ai découvert un moyen de m'en procurer mais j'ai peur d'en prendre d'aimer ça et de faire du mal a mes proche (notamment a ma petite amis fragile psychologiquement (scarification penser suicidaire ect...) donc je voulais savoir que faire et comment faire pour réfréner mon envie d'essayer ?

Mise en ligne le 19/09/2017

Bonjour,

Depuis quelque temps, vous nous dites avoir envie de tester l'héroïne. Vous nous demandez des conseils, entre autre, pour refréner cette envie.

La démarche que vous faites auprès de nous aujourd'hui, montre une certaine forme de réflexion, de maturité mais également, comme vous le dites aussi, de peur.

Votre envie de consommer un produit tel que l'héroïne, nous laisse à penser que vous prenez ou avez déjà testé d'autres drogues.

Nous pouvons comprendre et entendre qu'à l'adolescence, l'envie de faire de nouvelles expériences, de dépasser certaines limites est souvent très présente. Pour autant, on peut se demander s'il est bon de tout tester. On peut également se demander ce que cela va réellement vous apporter. Est-ce que tous les risques sont bons à prendre?

Dans ce sens, nous sommes obligés de vous alerter sur les risques qu'il existe de consommer, même une fois, ce type de drogue.

Les effets recherchés et immédiats du produit sont la plupart du temps perçus comme agréables mais ils peuvent également être mal vécus.

Nous vous encourageons à lire attentivement la fiche informative ci-joint sur l'héroine.

Sachez aussi que cette substance psychoactive peut engendrer, et cela rapidement, une forte dépendance, psychologique mais également physique. On déconseille ainsi, plus fortement aux personnes initialement fragiles (état anxieux, dépressif, faible estime de soi, idées noires, ….), d'en consommer.

Vous évoquez l'état psychologique fragile de votre petite amie et vous craignez les éventuelles répercussions de cette consommation sur elle. En effet, au vu des difficultés qu'elle rencontre déjà, elle pourrait soit être tentée d'en consommer avec vous, soit être envahie par des sentiments d'inquiétude et d'angoisse. Dans tous les cas, cela risquerait d'entraîner l'aggravation de son état psychologique.

Prendre une drogue n'est pas un jeu. A chaque prise de drogue, on prend le risque que cela se passe mal : « bad trip », dépendance, overdose, conséquences liées au mode d'usage, …

Il est important que vous preniez soin de vous. C'est ainsi que nous vous encourageons à réfléchir aux raisons qui ont déclenchées cette envie. Vous pourriez effectuer cet exercice, soit avec un de nos écoutants, soit avec un psychologue ou un éducateur exerçant dans une consultation jeunes consommateurs. Vous trouverez ci-joint les coordonnées de l'une d'entre elles, et se situant près de chez vous.Ces consultations sont anonymes et gratuites.

Sachez que nos conseillers sont joignables, soit par téléphone au 0800231313, tous les jours de 8h à 2h, appel gratuit et anonyme, soit par Chat, via notre site internet www.drogues-info-service.fr, tous les jours de 14h à minuit.

Bien cordialement

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :

Association Addictions France 95- Csapa d'Argenteuil

12, boulevard Maurice Berteaux
95100 ARGENTEUIL

Tél : 01 30 76 30 13
Site web : www.addictions-france.org
Accueil du public : Lundi-mercredi et vendredi de 9h13h et de 14h à 17h - Mardi de 9h à 13h et de 14h à 19h - Jeudi fermé le matin (répondeur téléphonique) ouvert de 14h à 19h, sur rendez-vous.
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous des jeunes de moins de 25 ans avec/sans entourage : tous les Mardis après-midi de 14h-17h.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Fiche sur l'héroïne
- Adresses utiles du site Drogues info service