FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

# PROBLÈME CONSOMMATION COCAÏNE

Par Profil supprimé Posté le 31/12/2019 à 01h15

Bonjour/bonsoir je ne savais pas trop dans quoi mettre ma publication alors je la met dans forum consommateur.
Jai un souci je ne pense pas pouvoir appeler la une addiction mais ça commence dès que je boit de l'alcool j'oublie toute mes limites mais très rapidement sans être énormément saoul mais je n'en n'est aucune envie sobre vraiment sa m'intéresse pas mais quand l'apéro commence une fois que j'y pense ou qu'un pote en parle cest dur de penser a autre chose.
Alors je voulais savoir que faire ? Arrêté de boire ? Je peut fumer certe mais je vais vite aller me coucher et arrêter de boire sa veut dire en gros ne plus sortir parce que être le seul a ne pas boire dans un groupe pour moi c'est plutôt gênant.
Donc je voulais savoir si il y avait d'autre personnes comme moi et si il on trouvé une solution ou même des conseils je prend tout en compte,
Merci d'avance.

## 1 RÉPONSE

**LN26 - 01/01/2020 à 12h29**

Bonjour élctronlibre47,
dans ton message tu décris parfaitement les effets de la cocaine sur ton cerveau. Tu sembles mettre ta consommation de cocaine sur le compte de l'alcool. Alors oui l'alcool ça désinhibe et annihile la volonté. Mais cette envie irrépressible de consommer ca s'appelle le craving. Le craving peut être est déclenché par un contexte particulier (ici des apéros arrosés), peut être des personnes particulières(consommes tu toujours avec les mêmes personnes?). Le craving est lié aux effets de la cocaine sur ton cerveau.
Je ne peux que vivement te conseiller de lire sur ce site la fiche "cocaine" qui t'expliquera tout très bien. Il y a également sur ce site un petit questionnaire sur le vrai/faux sur la cocaine qui pourra en partie répondre a ta question sur ton addiction ou non.
Pour alimenter un peu ta réflexion il serait bon que tu analyses si quand tu vois tes amis pour ce genre d'apéros tu anticipes l'idée que tu vas prendre de la cocaine? si du coup tu créer des moments de rencontre afin de justifier une consommation? Si tu sélectionnes tes amis/tes sorties en fonction des possibilités de consommation?
Dans mon idée, on arrive pas sur ce site par hasard et tu as écris car quelque chose te gêne dans ta consommation. C'est très positif que tu aies encore cette capacité a être objectif sur toi même et je ne peux que te conseiller d'aller poser des questions et te faire aider dans une structure spécialisée (tu trouveras des coordonnées pour ta région sur ce site).