

## SOLUTION À CA ?

---

Par Profil supprimé Postée le 15/01/2020 22:53

Bonsoir à tous et à toutes, je suis novice en question de forum en tout genre. Voilà je vous explique rapidement ; y a quasiment 2 ans de ça je suis tomber dans la cocaïne très rapidement, des les première prise qui a enchaîner sur une dégringolade de ma vie personnel et professionnel. Ça a détruit mon entourage, en trotte mes parents qui était impuissant face à ça et dans l'incompréhension total des faits, perdant leurs confiance entière, et au travail frôlant d'être viré. Ça fait deux maintenant que je suivie à l' hôpital dans le secteur de l'acditolgie pousser par ma famille. J'ai tenue bon 8 mois sans rien prendre et sans boire de l'alcool ( ce qui me pousser contre mon grès à consommer) mais maintenant à chaque fois que je suis seul chez moi toutes ses envies revienne et son difficile à gérer. J'ai craquer récemment. La cocaïne et l'alcool mon renfermer et couper du monde et maintenant que je la combat, une fois seul chez moi et face à mes penser je suis impuissant face à l'envie.J'ai connue la d'échéance en peu de temps et je ne veux plus y être confronter mais c'est plus fort que moi.. Merci à vous d'avoir pris le temps de lire bonne soiré

---

### Mise en ligne le 17/01/2020

Bonjour,

A la formulation de votre message, nous comprenons que vous souhaitez vous adresser à un forum hors vous avez posté votre message sur un espace de Question/Réponse en lien avec des professionnels et nous allons répondre à votre message. Nous vous joignons le lien ci-dessous de l'espace « Forum » de notre site.

Nous comprenons une fragilité sur cette question de consommation de cocaïne associée à celle de l'alcool. Cependant, vous dites être parvenu à ne pas consommer pendant plusieurs mois et il nous semble important de vous appuyer sur cette capacité que vous avez eue à le faire et des ressources dont vous disposez. Une reprise de consommation n'est pas rare suite à l'arrêt d'une consommation qui était régulière et il est essentiel de tenter de dédramatiser et de vous faire confiance. Voir lien ci-dessous « j'ai recommencé à consommer ».

Pour aller plus loin dans la réflexion, vous interroger sur ce qui vous a conduit à revenir vers la consommation, quels types d'émotions ou de situations vous fragilisent pourraient vous permettre de les anticiper et envisager des réponses à y apporter. Bien sûr, évoquer cette reprise dans le cadre de votre suivi sans crainte de jugement nous semble important.

Si évoquer la question sous forme d'échanges peut vous aider, nous sommes joignables au 0800 23 13 13 tous les jours de 8h à 2h ou par chat de 14h à minuit. Ces échanges sont anonymes et gratuits.

Bien cordialement

---

### En savoir plus :

- J'ai recommencé à consommer