© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Conseils, aides ...

Par Profil supprimé Postée le 03/03/2020 14:31

> Bonjour, je ne sais pas si c’est ici que je dois « parler » mais voilà j’ai 28 ans et il y a 7 je suis tombé dans la drogue (cocaine) après un séjour en clinique psy j’ai réussi à combattre mes démons mais j’ai perdu l’homme que j’aimais aujourd’hui je l’ai retrouver mais je suis retomber dedans ... je voudrai savoir si vous aviez des conseils pour arrêter définitivement cette folie qui me contrôle!

Mise en ligne le 04/03/2020

Bonjour,

Il semble qu’après des soins en clinique psy vous ayez pu mettre un terme à des usages problématiques de cocaïne mais que ces consommations soient revenues d’une manière qui à nouveau pose souci. S’il n’est vous pas possible de reprendre le contrôle et de cesser de consommer malgré votre souhait d’y parvenir, nous vous invitons à envisager l’idée de vous rapprocher d’une consultation d’addictologie afin de bénéficier d’une prise en charge adaptée à vos difficultés.

Il n’existe pas en effet de conseils ou d’astuces « clefs en main » qui à coup sûr, tout le temps et pour tout le monde garantirait un arrêt définitif et durable des consommations. Les solutions, les pistes de résolution sont nécessairement très singulières, elles s’élaborent en fonction des personnalités, des contextes de vie des individus, du lien particulier s’étant constitué avec le produit…

Si vous décidiez de vous faire aider c’est vers un CSAPA (Centre de Soins d’Accompagnement et de Prévention en Addictologie) que nous vous conseillerions de vous tourner ou vers un service hospitalier d'additologie, ces services sont les plus spécialisés. Les suivis y sont assurés par des équipes pluridisciplinaires (médecins, psy, travailleurs sociaux) spécialement qualifiées dans la prise en charge des addictions. Les consultations en CSAPA ou unités hospitalières sont individuelles, confidentielles et gratuites. Tous les contacts sont consultables sur notre site à la rubrique « Adresses utiles » dont vous trouverez le lien ci-dessous.

Nous manquons d’éléments d’information et de compréhension de votre situation pour nous permettre d’aller plus loin dans notre réponse mais n’hésitez pas, si vous le souhaitez, à revenir vers nous avec plus de détails. Nous pourrons notamment, si vous le souhaitez, vous aider à localiser un service d'aide le plus adapté pour

vous Vous pouvez nous joindre plus directement au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) tous les jours de 8h à 2h ainsi que par Chat de 14h à minuit.

Avec tous nos encouragements.

Cordialement.

En savoir plus :

- "Adresses utiles"