

Vos questions / nos réponses

Confinement et addiction sévère à la coke

Par [Profil supprimé](#) Postée le 08/04/2020 12:04

Bonjour, Comment gérer un sevrage hyper compliqué en étant confiné ? Mon couple est devenu un enfer de souffrance pour moi et sûrement pr lui aussi malgré tt. Je suis en train de le perdre noyé dans la coke. Sans parler des infidélités sur internet, des je t'aime à d'autres femmes quand il est sous coke. Je lui ai dit que pr moi c'était terminé et impensable d'être aussi irrespectueux mais il s'en fou royalement. Pour lui il a sa vie privée et il veut se défoncer régulièrement. Avant il se remettait en question, il me disait qu'il allait arrêter, qu'il regrettait. Maintenant les regrets dures même pas 24h. C'est juste l'enfer. Je n'y crois plus en fait sans sa volonté je ne peux rien faire. Mais moi j'aime cet homme de tt mon cœur et je ne le juge pas mais quoi faire de plus si il ne veut pas arrêter ? Il s'en prend à moi verbalement pr m'accuser de tt et rien. Je n'en peux plus. Ce confinement a empiré la situation.

Mise en ligne le 08/04/2020

Bonjour,

Vous posez la question du sevrage à la cocaïne difficile en cette période de confinement, qui s'ajoute à des difficultés relationnelles déjà présentes avec votre compagnon.

Chez un consommateur régulier de cocaïne, le sevrage peut se manifester 2 à 4 jours après la dernière consommation et s'étendre sur 1 à 10 semaines en moyenne selon les individus.

En général il peut se produire des inversions de l'humeur, de la fatigue et une humeur dépressive, des difficultés de sommeil, de l'agitation physique, de l'anxiété et parfois des attaques de panique.

Au niveau physique, le manque ne présente pas de risques particuliers pour la santé. C'est souvent plus compliqué au niveau du comportement et de l'humeur.

Les consommateurs en difficultés peuvent se faire aider dans des lieux gratuits et confidentiels nommés Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Malgré le confinement, plusieurs structures sont joignables par téléphone, vous pouvez trouver un CSAPA dans votre secteur géographique via le lien que nous vous mettons en fin de réponse.

Le coeur de votre question nous semble t-il concerne le comportement de votre conjoint au quotidien, le manque de respect qu'il peut montrer à votre égard que vous reliez à son addiction. Vous évoquez un "enfer de souffrances" et dites "être accusée de tout et de rien".

Nous ne savons pas précisément s'il est parfois violent physiquement mais nous comprenons que psychologiquement votre situation est sans aucun doute très éprouvante. Nous vous communiquons à ce titre un numéro le 3919 dont vous trouverez le lien en fin de message vers leur site internet.

Nous ne pouvons préjuger de son comportement et de son caractère lorsque son addiction n'était pas existante, mais il est notable que la consommation régulière de cocaïne peut les affecter.

En effet, les phases de "descentes" notamment peuvent engendrer de l'agressivité, de la paranoïa et du mal-être de manière générale.

Vous avez raison de noter qu'il souffre probablement de cette situation, mais nous entendons également que cela atteint les limites de ce que vous pouvez supporter.

Bien sûr, il vous appartient d'envisager l'avenir de cette relation, mais nous tenons à attirer votre regard sur l'importance que vous puissiez vous protéger et vous préserver sinon vous risquez de "craquer".

Il serait sans doute important que vous puissiez bénéficier d'un espace de parole, d'un regard extérieur et d'un soutien auprès professionnels pour vous aider à réfléchir et à avancer dans un sens qui vous convienne autant que possible.

Les CSAPA, structures dont nous vous parlions plus haut, ont également pour mission de conseiller et soutenir l'entourage notamment lorsque le consommateur ne souhaite pas de démarche de soin pour lui.

Leurs activités sont réduites durant le confinement mais nous vous mettons un lien en fin de réponse si vous souhaitez faire une recherche dans votre secteur géographique ainsi qu'un article pouvant également vous éclairer.

Il est possible de les contacter par téléphone pour voir leur modalité de fonctionnement dans la période actuelle.

Dans tous les cas, vous avez eu raison de chercher de l'aide et de venir vers nous, c'est une première étape, n'hésitez pas à contacter un de nos écoutants pour une orientation affinée et/ou si vous souhaitez échanger davantage sur votre situation. Un(e) écoutant(e) pourra vous apporter le soutien dont vous avez besoin actuellement et vous aider à avancer dans votre réflexion.

Nous sommes accessibles 7J/7J, par téléphone au 0800 23 13 13 (anonyme et gratuit) de 8H à 2H du matin ou par le Chat de notre site Drogues Info Service de 8H à 00H.

Avec tous nos encouragements pour avancer dans cette période difficile,

Bien cordialement.

En savoir plus :

- [Fiche sur la cocaïne](#)
- [Adresses utiles du site Drogues info service](#)

Autres liens :

- [Le 3919](#)
- [Il ne veut pas arrêter sa consommation](#)