© Drogues Info Service - 27 juillet 2025

Vos questions / nos réponses

A qui demander de l'aide?

Par Profil supprimé Postée le 29/05/2020 00:17

> Mon anxiété a pris le dessus sur moi et depuis le confinement je me suis remis a prendre de la droque... Dès que je suis sous pression j'en ressens le besoin... Quelle est la meilleure démarche à faire?

Mise en ligne le 02/06/2020

Bonjour,

Il est positif que vous nous ayez contacté pour trouver de l'aide.

Beaucoup de personnes ont souffert au niveau émotionnel avec cette période particulière de confinement. Cela a pu amener une certaine fragilité émotionnelle et des augmentations de consommations ou des "rechutes" pour tenter de trouver une forme d'apaisement.

Vous pouvez être aidé aussi bien pour vos consommations que pour votre anxiété par des professionnels qui connaissent bien le rapport entre consommations et émotions.

Les Centres de Soin d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) peuvent proposer ce type d'aide dans un cadre gratuit, confidentiel et non jugeant. N'hésitez pas à les contacter pour faire le point avec eux.

L'équipe qui y exerce est généralement constituée de médecin addictologue, psychologue, infirmier...

Nous vous mettons en fin de réponse un lien qui vous permettra de trouver un CSAPA près de chez vous si vous le souhaitez.

Si vous souhaitez une orientation affinée ou échanger davantage sur votre situation, n'hésitez pas à contacter un de nos écoutants.

Nous sommes accessibles tous les jours, 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 Minuit.

Avec tous nos encouragements à prendre soin de vous.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service
- Je souhaite être aidé