

COMMENT SAVOIR SI ON EST EN TRAIN DE TOMBER ACCRO AU CRAK ?

Par AZERTY Postée le 27/11/2020 22:18

Je prend du crak tout les jours depuis quelques semaines, tout le monde me dit que je tombe dedans mais j'en ai pas l'impression. Qu J'ai bientôt plus d'argent et je me demande quelle redescente vais je avoir ? Je suis complètement perdu, j'ai besoin d'aide ... Une réponse ? p

Mise en ligne le 30/11/2020

Bonjour,

Nous comprenons que vous vous posiez ces questions et nous allons vous apporter des éléments de réponse.

Le fait de fumer du crack tous les jours et d'appréhender de ne plus pouvoir en consommer est le signe qu'une dépendance est en train de s'installer. Peut-être pouvez vous identifier les raisons qui vous poussent à fumer pour trouver d'autres solutions que le crack. Par exemple certaines personnes en fument pour se sentir bien et pour lutter contre la fatigue. Dans ces cas, elles peuvent réfléchir aux événements qui font qu'elles ne vont pas bien et pour la fatigue, regarder s'il n'y a pas des troubles du sommeil qui peuvent être gérés autrement.

La descente peut en effet faire peur car les sensations agréables ressenties lors de la prise laissent place à des sensations désagréables, comme la fatigue, une humeur dépressive et de l'anxiété. En fonction de l'usage que vous en faites, cela peut durer entre 1 et 5 jours. Nous vous joignons une fiche informative sur le crack en fin de réponse, dans laquelle vous trouverez de plus amples informations sur la descente dans la rubrique « effets secondaires » et « dépendance ».

Il est important que vous ne restiez pas seule dans ces moments là, le fait d'être entourée peut aider à passer cette période difficile. N'hésitez pas à appeler des amis, votre famille ou même notre numéro.

Il existe aussi des structures spécialisées en addictologie pour les jeunes entre 12 et 25 ans, ce sont les CJC (Consultations Jeunes Consommateurs). Des professionnels tels que des médecins, des psychologues ou encore des travailleurs sociaux y travaillent pour aider les personnes se posant des questions sur leurs consommations. Vous pouvez y aller pour avoir du soutien et un accompagnement, tout comme pour faire un point sur vos prises. Nous vous joignons des adresses de structures dans votre département ci-dessous. Les consultations y sont gratuites et confidentielles.

Enfin, n'hésitez pas à nous recontacter afin d'échanger davantage sur la situation avec un de nos écoutants. Nous sommes disponibles par téléphone au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) et par Chat de 8h à minuit.

Avec tous nos encouragements pour vos démarches,

Bien à vous.

POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES

ASSOCIATION ADDICTIONS FRANCE 14-CSAPA RIVE DROITE

41 Avenue Père Charles de Foucauld
14000 CAEN

Tél : 02 31 52 95 90

Site web : www.addictions-france.org/

Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 18h. Fermeture le mercredi à 17h30.

Service de prévention : Intervention de prévention et de formation sur demande - Contacter le siège au 02 31 85 35 21

Consultat° jeunes consommateurs : Les consultations jeunes consommateurs (12-25ans) sont assurées par l'infirmière du Csapa à la Maison des Adolescents les lundi et mercredi après-midi (9 place de la Mare à Caen, Tél. 02 31 15 25 25) .

Voir la fiche détaillée

ASSOCIATION EDUCATION SOLIDARITÉ INFORMATION14 (ESI 14)- CJC ANTENNE DE DEAUVILLE

Maison médicale Côte Fleurie
Créative Place
14800 DEAUVILLE

Tél : 02 31 31 44 58

Site web : www.esi14.fr/esi-14

Secrétariat : Lundi 8h30-18h00 - Mardi et jeudi 8h30-13h et 13h30-18h. Mercredi et Vendredi : 8h30-13h et 13h30-17h

Consultat° jeunes consommateurs : Consultations jeunes 12-25 ans e/ou entourage: Un Mardi tous les 15 jours : 9h à 12h30

Voir la fiche détaillée

ASSOCIATION EDUCATION SOLIDARITÉ INFORMATION14 (ESI 14)- CJC ANTENNE DE HONFLEUR

21 rue de l'Homme de Bois

Mission Locale de la Baie de Seine

14600 HONFLEUR

Tél : 02 31 31 44 58

Site web : www.esi14.fr/esi-14

Secrétariat : Lundi 8h30-18h00 - Mardi et jeudi 8h30-13h et 13h30-18h. Mercredi et Vendredi : 8h30-13h et 13h30-17h

Consultat° jeunes consommateurs : Consultations jeunes 12-25 ans e/ou entourage: Un Mercredi tous les 15 jours : 13h30-17h00

Voir la fiche détaillée

ASSOCIATION EDUCATION SOLIDARITÉ INFORMATION14 (ESI 14)-CJC ANTENNE DE CSAPA

90 avenue Guillaume le Conquérant

Mission locale Sud Pays d'Auge

14100 LISIEUX

Tél : 02 31 62 32 38

Site web : www.esi14.fr/esi-14

Consultat° jeunes consommateurs : Consultation sur rendez-vous: Mardi après-midi

COVID -19 : Accueil avec respect des gestes barrières.

Accueil du public : Lundi au jeudi de 9h30 à 12h00 et de 14h00 à 16h00 le Vendredi de 9h30 à 12h00

Voir la fiche détaillée

ASSOCIATION ADDICTIONS FRANCE - CSAPA LE BOCAGE

1 rue du Neufbourg

14500 VIRE

Tél : 02 31 67 55 93

Site web : www.addictions-france.org

Accueil du public : Mardi-Mercredi et Vendredi de 9h-17h30 - Jeudi de 9h-18h30, le Csapa est fermé le lundi.

COVID -19 : Accueil avec respect des gestes barrières.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Fiche sur le crack