© Drogues Info Service - 29 juin 2025

Forums pour l'entourage

Ma conjointe ne consomme plus du tout, Mais ...

Par Profil supprimé Posté le 08/04/2021 à 10h11

Bonjour,
Tout d'abord merci de me lire .
Donc voilà je suis fiancé à une fille merveilleuse .
Nous sommes très amoureux, nous vivons bien et avançons ensembles .
J'ai apprécié sa franchise des le départ, car elle m'a avouer être une ancienne consommatrice de drogues dures ,Héroïne, cocaïne, et d'autre substances très forte et ceci pendant 10 ans ,dans ses périodes il y a quelques années très sombres où la consommation à été extrême.
Maintenant est sevrée depuis 3 ans,s'est mise au sport dans les débuts du sevrage ,on s'est rencontré d'ailleurs dans le milieu sportif .
Je l'encourage fortement dans le sport et chaque jours j'apprécie son évolution et l'arrêt définitif qu'elle à décidé.
Hélas même si les choses vont mieux de sont côté, elle se plain de léthargie, perte de motivation et fatigue chronique ,notamment au réveil.
L'anxiété, trouble de la concentration son également au rdv,et la libido peut parfois être en chute libre ,orgasme difficile à atteindre.
J'avais pensé au début à un dérèglement hormonal ,j'ai fait mes petites recherches (je suis dans un domaines qui m'a forcer à en connaître un peu la dessus,et j'ai une certaine passion pour les recherches medical ou psycho).
Mais je suis tombé par hasard sur un sujet ,qui a eclairer ma lanterne.
La DOPAMINE,après des heures de recherche ,je savais déjà ce que cette hormone était la source de récompense et c'est principalement elle qui nous rend addictif.
J'en ai conclus que pendant toutes ces années elle à surstimuler ses récepteurs dopaminergiques en consommant la drogue ,maintenant, je pense que son corps à besoin de temps pour récupérer et réhabituer les récepteurs à capter de nouveaux la dopamine produite par des choses normales .
Ses symptômes correspondent exactement à ce manque de dopamine ,ou dopamine non réceptionnée.
J'ai pensé à faire un reset en reposant complètement les récepteurs pendant un temps, pour faire de la neuroplasticité.
Je pense que cela lui apporterait ce qui lui manque et qu'elle retrouverait une énergie nouvelle .
Que pensez vous de tous cela? Quelqu'un pourrait me dire si il à déjà vécu cela ?
Merci à vous tous

1 réponse

Profil supprimé - 09/04/2021 à 18h23

Bonjour.

Je m'inscris exprès pour vous mais pour de vrai c'est une bonne chose car partager mon savoir (conséquent) en la matière me fait toujours plaisir.

Déjà 3 ans d'arrêt c'est beaucoup, ça suffit largement pour revenir à un état "de base" donc je ne pense plus qu'on soit dans quelque phase de transition.

Par contre consommation extrême ça me fait penser à quelque chose à savoir le manque de sérotonine. On ne parle pas de consommation de narcotiques (morphine, etc) mais la consommation de gros stimulants a pour effet de couler le niveau de sérotonine du consommateur.
La dopamine OK c'est peut-etre une partie du problème mais pour de vrai les catécholamines (dopamine + adrénaline, qui sont co-dépendantes) c'est moins un "truc de fou" que ce qu'on croit, je m'explique : nombre de travaux (ou profs d'svt) donnent à la dopamine une place trop importante. Le café est un stimulant dopaminergique et pourtant on est facilement capable de gérer sa consommation c'est pas comme si tout dans la vie était question de catécholamines...

Plusieurs autres neurotransmetteurs sont importants comme la sérotonine l'oxytocine l'acétylcholine voir même l'acide butyrique... mais souvent les "methheads" (je dis ça parce qu'aux states, la consommation de coke + meth étant ce qu'elle est, le public s'y connait un rayon) ont des pb de taux de sérotonine à cause du bombardement de catécholamines lié au produit. Pour tester je recommande de bouffer du Tryptophane dispo en pharmacie. J'avais consommé des 500mg par moments pour éviter les effets secondaires trop hard de certains stimulants, mais il faut veiller à ne pas en prendre comme des bonbons car la surdose reste possible. Si ça fonctionne sur le long terme il y a les anti-dépresseurs qui agissent sur le même endroit du système nerveux donc à voir si ça se justifie.

Après si la dopamine manque alors suffit de se rabattre sur du café.

Testez moi ça pour voir.