

Vos questions / nos réponses

# Consommateur de crack

Par [Profil supprimé](#) Postée le 22/07/2021 14:02

Bonjour je suis consommateur de crack depuis plus de 3 ans A ce jour j ai pris conscience que je détruisent tout autour de moi Et tout le monde . Je souhaiterai être aider pour ne plus penser à ce produit ni en consommer . Merci de votre aide

---

**Mise en ligne le 23/07/2021**

Bonjour,

Il est effectivement possible de développer rapidement et intensément une dépendance au crack.

Le sevrage est peut être long, variable selon les personnes entre 1 à 10 semaines.

De plus, il n'existe en effet pas de médicament spécifique à l'arrêt du crack. Les traitements qui sont préconisés dans ce type d'addiction sont un suivi psychothérapeutique éventuellement accompagné d'antidépresseurs, d'anxiolytiques ou de régulateurs d'humeur, en fonction des aspects psychologiques sous-jacents.

Il semble souvent assez difficile d'arrêter seul.

Nous conseillons la plupart de temps d'être accompagné par des professionnels de santé (médecins, psychiatres, psychologues, ...) pour son sevrage. En France, il existe des structures spécialisées dans la prise en charge des dépendances. Il s'agit de CSAPA (Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Les consultations y sont gratuites et confidentielles.

Vous trouverez ci-joint les coordonnées des CSAPA proches de chez vous.

En parallèle, nous vous encourageons à prendre soin de vous, de votre hygiène de vie (alimentation équilibrée, coucher à des heures régulières, pratiquer une activité sportive, ...). Nous conseillons aussi de modifier ses habitudes de vie autour desquelles se sont installées vos consommations.

Pour un échange plus approfondi sur votre situation, sachez que nos écoutants sont joignables soit par téléphone au 0800 23 13 13, tous les jours de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit, soit par Chat, via notre site internet Drogues Info Service, tous les jours de 8h à minuit.

Bien à vous

---

## **Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivan**

---

### **[Service d'addictologie du CH de la Haute-Gironde de Blaye](#)**

97 Rue de l'hôpital  
BP 90  
**33394 BLAYE**

**Tél :** 05 57 33 45 16

**Site web :** [bit.ly/4bGf7Za](http://bit.ly/4bGf7Za)

**Secrétariat :** Lundi au Vendredi 8h45/16h15

**Accueil du public :** Uniquement sur rendez-vous, possibilité d'entretien en dehors des horaires du secrétariat

[Voir la fiche détaillée](#)

### **[CEID Addictions - Centre Maurice SERISÉ](#)**

24, rue du Parlement Saint-Pierre  
**33000 BORDEAUX**

**Tél :** 05 56 44 84 86

**Site web :** [ceid-addiction.com/services/centres-daccueil/](http://ceid-addiction.com/services/centres-daccueil/)

**Secrétariat :** du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h

**Accueil du public :** du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h, sauf mercredi matin

**Centre :** Pour l'analyse de produits contacter le 07 50 54 48 07

[Voir la fiche détaillée](#)

### **[Service d'Addictologie Hôpital Suburbain du Bouscat](#)**

97, avenue Georges Clémenceau  
B.P. 29  
**33491 LE BOUSCAT**

**Tél :** 05 56 17 50 97

**Site web :** [hopitaldubouscat.com/specialites-annuaire-praticiens/addicto](http://hopitaldubouscat.com/specialites-annuaire-praticiens/addicto)

**Secrétariat :** du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h

**Accueil du public :** Hôpital de Jour : les lundi et vendredi de 9h à 17h

[Voir la fiche détaillée](#)

**En savoir plus :**

- [Adresses utiles du site Drogues info service](#)