© Drogues Info Service - 8 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

Dépendance et mensonge

Par Profil supprimé Posté le 04/10/2021 à 03h39

Bonjour,
C’est la première fois que je mets des mots sur mon addiction à la 3mmc.
J’ai toujours été terre à terre et bien éloigné des drogues.
Je ne fume même pas
J’ai 34 ans et je suis en couple depuis plus de 17ans avec un homme, j’ai été infidèle pendant de nombreuses années.
Alors que mon compagnon m’a grillé plusieurs fois je me retrouve aujourd’hui à faire un énorme travail sur moi-même pour arrêter l’adultère, et cela fonctionne.
Malheureusement, avant le dernier événement ou mon compagnon m’a surpris en plein ébat avec d’autres hommes, j’ai commencé à consommer de la 3mmc.
Cette drogue récréative, surtout pour le sex, procure d’extraordinaire sensation.
Comme si cela ne suffisais pas j’ai commencé à en consommer par intraveineuse et seul.
J’ai réussi à le cacher un certain temps à mon copain mai il a découvert un sac de seringue avec la drogue.
Depuis c’est la spirale infernale, je ne fais que lui mentir en lui promettant que je n’en consomme plus, jusqu’à ce qu’il me grille encore.
Mes mensonges sont complètement fous, je me surprend moi-même du niveau d’invention de mes histoires.
Nous en sommes arrivé à un point de non retours et je me retrouve à avoir besoin d’en acheter et d’en consommer régulièrement.
Je ne sais pas quoi faire, j’aimerais arrêter mais je n’y parvient pas.
J’ai l’impression que ma vie ne m’appartient plus et c’est à moi-même que j’ai l’impression de mentir.

1 réponse

Moderateur - 04/10/2021 à 15h37

Bonjour Maxime,

C'est le propre d'une dépendance que de faire perdre sa volonté face au produit et de conduire à mentir à ses proches. Avec cette drogue vous faites face à des phases de "craving" (envies fortes) qui vous poussent à consommer. Les événements et votre vie semblent vous échapper mais la bonne nouvelle c'est que vous vous en apercevez et que vous ne voulez pas de ça.

Considérez cela comme une maladie pour laquelle vous avez besoin d'aide. C'est vraiment très bien que vous ayez pu venir en parler ici, nous vous en remercions. C'est un premier pas et je vous encourage à pousser plus loin pour pouvoir passer du "j'aimerais arrêter" au "j'arrête et j'y arrive".

Voici plusieurs pistes :
- tout d'abord servez-vous de ce fil de discussion comme d'un journal pour écrire vos résolutions, vos difficultés, vos victoires : écrire permet de se projeter, se projeter permet de se saisir d'un problème et de le combattre ;
- nous avons écrit un article sur le chemsex dans lequel vous allez retrouver des ressources spécifiques à votre situation. Je vous invite à le lire et à contacter ces ressources :
https://www.drogues-info-service....-de-drogues-lors-de-rapports-sexuels
- plus globalement sachez qu'en appelant notre ligne nous pourrons notamment vous donner les coordonnées d'un Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie où vous rencontrerez des professionnels à même de vous aider. Les consultations sont gratuites.

Maxime vous êtes dans un moment de lucidité : accrochez-vous-y, clarifiez vos bonnes raisons d'arrêter, continuez à en parler et utilisez les services d'aide à votre disposition. Vous ne serez pas jugé et c'est la voie pour vous permettre de vous en sortir. Vous verrez, le "monde d'après" est meilleur

Prenez confiance, nous restons à votre service pour toute question.

Cordialement,

le modérateur.