© Drogues Info Service - 19 juin 2025

J’arrête la cocaïne aujourd'hui , besoin de vous

Par Profil supprimé Posté le 12/02/2022 à 08h02

Bonjour à tous , j’écris ce message au moment de me faire mon dernier trait , étant tombé dans le piège de la Cocaine depuis plusieurs mois .
Ces dernières semaines , j en suis à 1 gramme , voire 2 par jour .
J’ai un enfant , la femme de ma vie , une maison , un bon travail , et je me détruis avec ça , j aime tellement la sensation lorsque je sniffe.
Je me dis qu’en lisant vos encouragements ou vos questions , je vais peut être réussir cette fois .
Merci à tous et courage à tous ceux qui sont dans mon cas .
À bientôt

12 réponses

Pepite - 14/02/2022 à 08h34

Bonjour Peanuts2b,

Bienvenue sur le forum côté...entourage.
Perso, je vous aurai répondu.

Est-ce bien votre choix ?

En tout cas je viens de vous lire et je ne peux que vous féliciter pour cette décision. Vous cheminez autrement et chaque pas compte.

Deux choses pour lesquelles j'aimerais en savoir plus si ok pour vous :

"J'aime tellement la sensation lorsque je sniffe". Laquelle ? Pourriez-vous décrire le bénéfice totale ?

"Je vais peut-être réussir cette fois".

Bien à vous,

Pépite

Profil supprimé - 16/02/2022 à 03h39

Bonjour pépite et tout d’abord merci pour ton intérêt .
Je me permets de te tutoyer , j’espère que tu en feras de même , je trouve que c’est plus facile pour échanger .
Pour répondre aux 2 questions , la sensation que cela me procure ressemble à un état de bien être , il me semble oublier la réalité , oublier mes doutes , mieux gérer l’entourage , mais je sais que ce n’est qu’illusion .je ne pensais jamais tomber là dedans , je suis quelqu’un de droit et très fort mentalement , mais depuis quelques mois , ce poison a pris le dessus .
J’ai tellement honte de ce qu’il m’arrive . Tellement triste à l’idée de décevoir ma femme et mon fils qui me voient comme le pilier (que je suis d’ailleurs).
Et j’ai déjà essayé d’arrêter mais sans plus car mon usage restait festif , environ 1 fois par mois en sortie et ç est tout .
J’ai craqué aujourd’hui , j’ai repris un gramme , alors que financièrement , je ne peux pas me le permettre .
Je fais n’importe quoi , je suis stupéfait d’être aussi con (accroc).
Je ne peux en parler à personne , je veux m’en sortir par moi même , redevenir celui que j’étais .
À bientôt pépite et les autres , n’hésitez pas à me poser des questions , je serai totalement transparent , je n’ai rien à vous cacher , à vous .
À bientôt

Pepite - 16/02/2022 à 15h14

Bonjour Peanuts2b,

Le tutoiement pourquoi pas si cela t'aide.

Je te cite et je te réponds :

---"il me semble oublier la réalité , oublier mes doutes , mieux gérer l’entourage , mais je sais que ce n’est qu’illusion."---

* Pourquoi oublier la réalité ?
* Quels doutes veux-tu oublier ?
* Gérer l'entourage , Comment cela ?

---"Ce n'est qu'illusion"---

* Oui c'est un artifice qui ne t'apprend rien, n'est-ce pas ?
* Je dirai même qu'avec cette substance, tu ne grandis pas, donc pas d'épanouissement...

---"J’ai tellement honte de ce qu’il m’arrive . Tellement triste à l’idée de décevoir ma femme et mon fils qui me voient comme le pilier (que je suis d’ailleurs)."---

* C'est une excellente nouvelle car la honte montre à quel point tu tiens à ton entourage.

* Etre un couple c'est grandir ensemble, s'épanouir ensemble et être capable d'affronter les difficultés inexorables de l'existence, les blessures pour les surmonter.

* Là tu as besoin d'aide et de confiance. Tout ce que tu exprimes ici tu peux lui dire à elle de la même façon en la rassurant sur tes intentions et ton objectif.

https://www.drogues-info-service....l-arret/La-preparation-a-la-decision

---"Je ne peux en parler à personne , je veux m’en sortir par moi même , redevenir celui que j’étais."---

Evidemment que tu vas t'en sortir mais tu ne seras jamais plus comme avant car on change, tout le monde change.
Cette expérience te change et tu vas faire un processus de résilience, c'est-à dire que tu vas reprendre un nouveau développement mais pas comme avant.

Pour cela tu as besoin d'aide. Un CSAPA est idéal.

Tu vas me dire mais non...
Pourtant si tu perds la vue, tu iras voir un ophtalmo, si tu te coupes un membre, tu iras voir un chir, si tu as mal aux dents, tu prendras rv chez le dentiste...

Alors donne moi une seule raison et pas une excuse pour ne pas te faire accompagner et soutenir par des professionnels.

https://www.drogues-info-service....sonne-ne-sait-je-n-ose-pas-en-parler

Au plaisir de te lire,

Pépite

Profil supprimé - 17/02/2022 à 12h00

Bonjour pépite ,
A chaque fois que je prends un gramme , je me persuade pour me rassurer que c’est le dernier … j’ai encore pris le dernier ce matin , financièrement c’est n’importe quoi …
J’aimerai me faire aider mais je ne me sens pas prêt à avouer a ma femme que je suis tombé là dedans , j’aurai trop honte et trop mal de ne plus voir de fierté dans son regard .
Je l’aime à la folie , ainsi que mon fils qui est merveilleux , je pense seulement vouloir m’échapper de la routine de la vie , ayant toujours été dans des comportements assez intenses , pour ne pas dire extrême .
Dans le seul but de profiter de cette courte vie , mais ce poison n’est pas la chose à faire intensément .
Peut être me faire aider de façon anonyme , tu penses que ça pourrait marcher ? J’ai trop à perdre à tous les niveaux si ma famille ou mon travail l apprenait .
À bientôt merci

Profil supprimé - 17/02/2022 à 12h03

J’ai également pensé à en parler à mon ami d’enfance qui est pharmacien et je sais qu’il m’aiderait sans rien dire à personne , peut être est-ce une solution … a voir …

Pepite - 17/02/2022 à 13h26

Bonjour Peanuts2b,

Ecoute, fais toi aider. Ton ami Pharmacien, super. Tu dois te sentir en sécurité et en confiance.
Tu peux dire simplement à ta femme que tu as besoin de voir un psy en allant au CSAPA.

La vulnérabilité est touchante et peu de personnes la montre. Pourtant elle ouvre des possibles aux autres.
C'est un cadeau.

Ta représentation est certainement celle d'un homme fort et puissant.
Je t'invite à me parler de ta honte stp.

Je te propose d'écouter ces deux chansons qui me parlent :

XY :

https://youtu.be/d6BzCEkGd3I

Un homme :

https://www.youtube.com/watch?v=Hx97tnyF6mM

Pépite

Profil supprimé - 17/02/2022 à 16h21

Magnifique ces paroles de chanson pépite , merci .
Si je vais voir un psy , il ne dira jamais rien à ma femme ? Sachant qu'elle est infirmière ..
Mais je vais trouver quoi comme « excuse » pour aller voir un psy ?
Un membre proche de ma famille est atteint d'un cancer et ça s'annonce très mal selon les médecins , je peux peut être jouer sur ça ?
Peut être d'ailleurs est ce une des raisons qui me pousse à fuir mon quotidien .
J'ai également un travail que je perd si ça s ébruite, un travail difficile où nous sommes régulièrement confrontés à la mort et à la douleur .
J'ai également perdu ces 6 derniers mois , deux collègues de travail qui se sont suicidés, très choquant … 49 ans et 29 ans …
C'est vrai que c'est une année difficile mais j'ai pas le droit de lâcher .
Je vais y arriver , trop de personnes compte sur moi .
Existe t il un substitut pour faire passer l'envie par exemple que mon ami pourrait me donner à la pharmacie ?

Pepite - 17/02/2022 à 19h01

Bonsoir Peanuts,

Des excuses pour consulter ?
Moi je te parle de bonnes raisons pour consulter et tu en énumères déjà beaucoup.

Tu peux juste dire à ta compagne que tu ressens le besoin de consulter un professionnel.

Il n'est pas (elle le sait très bien) obligatoire de lui en dire les raisons qui t'appartiennent. Cependant rassure la sur tes sentiments, sur votre relation.

Les médecins sont tenus au SECRET médical.

Consulte un psychiatre. Trouves en un bon. La pratique de l'EMDR serait un plus. Un site les recense.
Encore une fois, trouve un CSAPA. Si trop long, un addictologue. Si aucun alors le médecin traitant.

Agis pour prendre soin de toi. Je ne sais pas ce que tu fais comme job mais tu as le DROIT de penser à toi et de t'écouter. C'est indispensable. Tu n'es pas une machine, ton corps encore moins, tu es une être doué de sensibilité, avec des émotions.

Enlève toi tous ces verrous et entraves mentaux qui te bloquent et qui te rendent mal(ades). C'est ta vie et personne de mieux que toi en prendra soin.

Avec tout mon soutien,

Pépite

Miredo12 - 17/02/2022 à 19h43

Bonjour Peanuts,
Je tenterai un appel à un csapa à ta place, en expliquant la nécessité de rester anonyme en raison de ton emploi.
C'est délicat par rapport à ton épouse, peut-être juste lui dire que tu ne te sens pas très bien et que tu as besoin de voir un psy ?
Au csapa tu pourrais voir un médecin addictologue qui pourra éventuellement de prescrire un traitement de substitution (je ne sais pas ce qui existe pour la cocaïne).
En tous les cas tu as tout mon soutien virtuel. Tu sembles motivé et même si le chemin est difficile, ça va fonctionner et tu vas en sortir. Courage et tiens nous au courant

Profil supprimé - 18/02/2022 à 20h58

Merci à vous , ça me fait du bien de lire des réponses . Je passe ce week-end en famille avec ma femme et mon fils à l hôtel , donc déjà je suis sûr de rester clean . Et je vais tous faire pour en profiter et me recenser sur l essentiel .
Un grand merci à vous de prendre soin des autres , moi qui pensait ne jamais en avoir besoin .
Plein de bonheur pour vous , et à très vite pour de bonnes nouvelles .
Vive la vie

Profil supprimé - 21/02/2022 à 18h04

Bonjour,
J'ai lu attentivement les messages de ce forum. Je suis également addicte à la cocaïne. Ca fait un mois environ. Mon conjoint est au courant. Je suis exactement dans le même état que toi quand j'en prends, j'aime la sensation et je me sens vraiment très mal quand je n'en prends pas. J'ai pris un rendez-vous avec un addictologue (que je ne vois que dans trois semaines) et j'ai également lancé un appel "au secours" à ma psychiatre. Mes parents sont au courant également.
Comme toi, j'aimerais que tout redevienne comme avant, car j'ai deux beaux enfants qui ont besoin de moi. Je ne suis pas une personne "forte", bien au contraire. Je suis très fragile (je sors d'une clinique psychiatrique suite à une addiction à l'alcool) et vulnérable aux tentations.
Je ne sais pas quoi faire, moi non plus, j'ai grand besoin d'aide, je me sens seule avec ma douleur (quand je suis en manque).
Je te souhaite bon courage à toi et essai de te persuader que tu es plus fort que cette "merde" qui te pourri l'existence.

Pepite - 23/02/2022 à 08h04

Bonjour à vous deux,

@Peanuts, comment était ce week-end ?

@Deb, bienvenue sur ce fil.

"Je me sens seule avec ma douleur ".

Pourriez-vous décrire, raconter ce que vous ressentez ?

Faites le simplement, sans honte ni jugement. A nu donc.

Pépite