

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

COMMENT ARRÊTER LA COCAÏNE

Par Chichi13004 Postée le 18/04/2022 19:13

Bonjour je n'arrive plus à gérer ma consommation de cocaïne Alors que je pensais justement la gérer en fait pas du tout Je ne peux en parler à personne autour de moi je ne sais pas à qui demander de l'aide je ne sais plus comment faire par contre je veux que ça s'arrête merci de votre aide

Mise en ligne le 21/04/2022

Bonjour,

Nous sommes sensibles à votre demande d'aide pour arrêter vos consommations de cocaïne.

La cocaïne est une substance très addictive ce qui peut expliquer votre difficulté à gérer votre consommation. Elle n'engendre pas de dépendance physique qui pourrait générer de la souffrance physique ou mettre vos jours en danger si vous décidez d'arrêter brutalement vos consommations. La dépendance à la cocaïne se traduit essentiellement par une impulsion irrésistible de consommer à nouveau. Cet état, appelé "craving" est favorisé par la faible durée des effets et l'état dépressif qui suit les prises. Le craving peut constituer un frein important à l'arrêt.

C'est pourquoi nous ne pouvons que vous inviter à vous faire aider dans vos objectifs, que ce soit en termes d'arrêt ou de gestion de votre consommation. Vous pouvez bénéficier d'aide et de soutien de la part de professionnels bienveillants et non jugeants qui peuvent vous recevoir sur rendez-vous, de manière confidentielle et non payante dans des lieux appelés des CSAPA (Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie).

Vous y serez reçue par une équipe pluridisciplinaire spécialisée en addictologie (médecins, infirmiers, psychologues...). Il vous sera proposé un parcours de soins adapté à votre situation et à vos besoins.

Vous trouverez ci-après quelques adresses de CSAPA au plus proche de votre domicile, n'hésitez pas à prendre contact avec eux que ce soit pour des renseignements ou pour un rendez-vous.

A titre informatif, nous joignons également ci-après un lien vers notre fiche cocaïne dans laquelle vous trouverez des conseils de "réduction des risques" de manière à ce que vous puissiez vous protéger en cas de poursuite de vos consommations.

Pour de l'écoute, du soutien ou toute autre question, n'hésitez pas à contacter nos écoutants, ils sont disponibles 7 jours sur 7 de 8h à 2h du matin au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ou par tchat depuis notre site internet de 14h à minuit.

Bien cordialement.

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

CSAPA LE SÉMAPHORE

6 rue de Provence
13004 MARSEILLE

Tél : 04 91 91 50 52

Site web : www.addiction-mediterranee.fr/

Accueil du public : lundi de 9h à 13h et de 14h à 19h, mardi, mercredi et vendredi de 9h à 13h et de 14h à 18h, le jeudi de 14h à 19h. (horaires modifiés en juillet et août lundi et jeudi jusqu'à 18h et vendredi jusqu'à 17h)

COVID -19 : Contact de juillet 2022 Port du masque obligatoire et désinfection des mains.

Substitution : délivrance de méthadone tous les matins sauf le jeudi.

Voir la fiche détaillée

CSAPA DANIELLE CASANOVA

357, boulevard National
13003 MARSEILLE

Tél : 04 95 04 35 25

Site web : www.groupe-sos.org

Secrétariat : tous les matins de 9h15 à 12h, et les après midi suivants : lundi de 14h à 16h45, de mardi de 14h à 17h45, et jeudi de 17h à 18h45

Accueil du public : tous les matins de 9h15 à 12h, et les après midi suivants : lundi de 14h à 16h45, de mardi de 14h à 17h45, et jeudi de 17h à 18h45

Substitution : Délivrance de Méthadone tous les matins de 9h15 à 12h, et les après midi suivants : lundi de 14h à 16h45, de mardi de 14h à 17h45, et jeudi de 17h à 18h45

COVID -19 : Contact de Mars 2022: Port du masque obligatoire et désinfection des mains, Accueils collectifs restreints à 4 ou 5 personnes maximum. L'antenne nord est suspendue actuellement. Possibilité de vaccination COVID tous les mardis.

[Voir la fiche détaillée](#)

CENTRE DES ADDICTIONS

270, boulevard Sainte-Marguerite
13009 MARSEILLE

Tél : 04 91 74 61 89

Accueil du public : Le lundi, mardi, jeudi et vendredi de 9h à 16h15, le mercredi de 13h à 16h15

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 17h

Consultat° jeunes consommateurs : lundi et jeudi pour les entretiens de premier accueil.

Substitution : Unité Méthadone : le lundi, mardi, jeudi, mercredi après midi et vendredi matin

COVID -19 : Accueil et suivi dans le respect des gestes barrières, le CSAPA ne propose plus d'ateliers en groupe depuis la crise sanitaire.

[Voir la fiche détaillée](#)

En savoir plus :

- [Fiche sur la cocaïne](#)