© Drogues Info Service - 23 mai 2025

Vos questions / nos réponses

Comment arrêter la cocaïne

Par Chichi13004 Postée le 18/04/2022 17:13

> 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 décidiez 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 jusqu'à 18h au lieu de 19h)
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 9h30 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 9h30 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 9h30 à 12h, et les après midi suivants : lundi de 14h à 16h45, de mardi de 14h à 17h45, et jeudi de 17h à 18h45

Voir la fiche détaillée

Centre des Addictions de l'hôpital Sainte Marguerite

270, boulevard Sainte-Marguerite
13009 MARSEILLE

Tél : 04 91 74 40 89
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 16h15, (seul le CAARUD est fermé le mercredi matin)
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 17h
Substitution : Unité Méthadone : le matin de 9h à 13h du lundi au vendredi

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Fiche sur la cocaïne