

Vos questions / nos réponses

## Addiction 3mmc

Par [Profil supprimé](#) Postée le 19/04/2022 12:04

Bonjour, J'ai croisé il y a 5 ans maintenant le chemin du chemsex à tout hasard dont j'ignorais totalement l'existence. J'ai goûté, j'ai aimé... Mais ce produit c'est avéré être une fuite en avant de peur éviter des problèmes personnels que j'occultais depuis trop longtemps. Depuis j'ai fait mon chemin, même si une partie de moi ne peut s'empêcher de se dire que le chemsex ça a un côté sympa, je sais que c'est une mort à petit feu. Cependant, il s'avère qu'il est très difficile d'arrêter, d'éviter les situations à risques, les tentations, aujourd'hui je bataille encore et n'ai toujours pas trouvé de réelles solutions pour m'en séparer définitivement. Si quelqu'un a des conseils, un retour d'expérience je suis preneur. J'ai consulté à plusieurs reprises un addictologue et il n'existe aucune solution miracle sinon ma volonté et c'est assez difficile sur le long terme de de raisonner. Merci pour votre aide

---

**Mise en ligne le 25/04/2022**

Bonjour,

En premier lieu, veuillez nous excuser pour notre réponse tardive.

Peut-être cherchiez-vous à échanger sur ce sujet avec d'autres internautes comme la tournure de votre question le laisse à penser. Si tel est le cas, vous trouverez en bas de réponse des liens vers nos forums et notre rubrique "témoignage".

Nous ne savons pas vers quels professionnels addictologues vous vous êtes tournés pour trouver de l'aide, nous vous mettons également des liens vers des structures de type Centre de Soin d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) compétentes dans le domaine du chemsex. L'accueil est gratuit est confidentiel.

Nous vous indiquons également les coordonnées d'une ligne d'aide et d'écoute téléphonique sur la question du Chemsex.

Il existe de nombreux chemins et outils pour tenter de sortir d'une addiction, ce sont souvent des solutions très individuelles à construire progressivement en cheminant seul ou avec des professionnels. Les questions

d'addictions sont souvent complexes et au-delà de la seule volonté, peuvent nécessiter de passer par des espaces de paroles, des accompagnements thérapeutiques....

Si vous souhaitez échanger davantage de votre situation, n'hésitez pas à contacter un de nos écoutants. Nous sommes accessibles tous les jours, par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) de 8h à 2h du matin ou par le Chat de notre site Drogues Info Service de 8h à Minuit.

Bien cordialement.

---

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

---

### **[Association Addictions France - CSAPA de Pau](#)**

5 Avenue du 143ème RIT  
Centre d'affaires Les Messagers  
**64000 PAU**

**Tél :** 05 59 82 90 13

**Site web :** [addictions-france.org/etablissements/csapa-de-pau/](http://addictions-france.org/etablissements/csapa-de-pau/)

**Secrétariat :** Le lundi 9h/19h, mardi 9h/17h30 mercredi 9h/18h, jeudi 9h/19h, vendredi 9h/17h

**Accueil du public :** Aux horaires du secrétariat.

**Autre :** Permanence d'addictologie assurée par un travailleur social à Point d'Eau (3 rue de Segure) tous les mardis pour les publics précaires, marginalisés

[Voir la fiche détaillée](#)

### **[Unité d'addictologie et Equipe de Liaison et de Soins en Addictologie \(ELSA\)](#)**

4 Boulevard Hauterive  
Centre Hospitalier de Pau  
**64000 PAU**

**Tél :** 05 59 72 68 33

**Site web :** [www.ch-pau.fr/loffre-de-soins/medecine/addictologie/](http://www.ch-pau.fr/loffre-de-soins/medecine/addictologie/)

**Secrétariat :** du lundi au vendredi de 13h30 à 16h30. Répondeur le matin

**Centre :** Unité d'hospitalisation pour sevrage : 05 59 72 67 56

[Voir la fiche détaillée](#)

## **Autres structures :**

---

**En savoir plus :**

- [Forums Drogues info service](#)
- [Témoignages Drogues info service](#)