© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Consommation cocaine

Par Jeje92100 Postée le 31/12/2022 03:36

> Bonjour, J’ai 30 ans et je consomme de la cocaine régulièrement de manière festive mais il m’arrive également d’en consommer seul. C’est un fait assez rare, le problème étant que j’apprécie vraiment ces moments. Cela ne me pose pas de problème dans ma vie lorsque c’est le week-end étant donné que je vis seul sans enfant et que mon amie ne le remarque pas car cela se passe uniquement lorsqu’elle est absente. Résultat je ne dors pas de la nuit même si je ne fais rien de particulier et j’ai peur qu’à force cela impacte mon quotidien. Je suis toujours plein de regrets lorsque je me réveille très fatigué mais il est impossible pour moi de me raisonner lorsque l’occasion se présente. Auriez-vous des conseils ? Merci par avance

---

Mise en ligne le 03/01/2023

Bonjour,

Le fait de ne pas dormir dans le cadre de vos consommations de cocaïne peut s'expliquer par le fait que ce produit est un stimulant du système nerveux central. L'organisme étant "boosté" artificiellement par ce produit, la descente et le manque de sommeil peuvent expliquer la grande fatigue que vous ressentez.

La cocaïne est un produit qui peut vite se monter addictif et provoquer un phénomène de "craving", c'est à dire une envie irrépressible de consommer.

Pour davantage d'informations sur la cocaïne, nous vous joignons en bas de réponse le lien vers notre fiche-produit sur cette substance.

Si vous avez le sentiment d'une perte de contrôle sur vos consommations, il est tout à fait possible d'en échanger avec des professionnels du champ de l'addictologie. Il est possible d'aborder avec eux dans un cadre confidentiel ce que le produit vous apporte en terme de "plaisir et de bénéfice". Ils peuvent aussi vous aider si vous êtes en difficulté à réduire ou arrêter vos consommations, à consommer en réduisant les risques pour votre santé...

Il est possible, si cette démarche vous intéresse, de vous tourner vers un Centre de Soin d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). L'accueil se fait via des rendez-vous individuels, dans un cadre confidentiel et gratuit, sans jugement de la part des professionnels qui y exercent. L'équipe est généralement composée de médecin addictologue, psychologue, infirmier...

Nous vous joignons également en bas de réponse un lien si vous souhaitez effectuer une recherche de CSAPA près de chez vous.

Si vous souhaitez une orientation affinée ou échanger davantage sur cette situation qui vous inquiète à juste titre, n'hésitez pas à contacter un de nos écoutants. Nous sommes accessibles 7j/7j, 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 du lundi au vendredi de 14h à Minuit et le samedi et le dimanche de 14h à 20h.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Fiche sur la cocaïne
- Adresses utiles du site Drogues info service