© Drogues Info Service - 8 décembre 2025

Forums pour l'entourage

Enfant accro ketamine

Par Ben11 Posté le 20/01/2023 à 10h49

Voilà j’ai découvert que mon fils de 24 ans consomme régulièrement de la ketamine en snif il a dû aller aux urgences suite à de grosses infections urinaires c’est là que je l’ai découvert depuis il fait que des rechutes il n’a plus accès à de l’argent comme avant mais le dealer lui fait Credit il est arrivé à 600€
Je ne sais pas comment l’aider suis à bout je lui ai pris rdv chez une psy adictologue mais il ne va pas aux rdv

y a t’il une vraie addiction à la ké ? Subit il un réellement manque ?
Il devient agressif et ses paroles son blessantes j’ai peur pointe sa santé ou qu’il lui arrive quelques chose lors d’une prise
Merci pour votre aide

11 réponses

Moderateur - 20/01/2023 à 16h41

Bonjour Ben11,

Nous sommes désolés d'apprendre ce qui arrive à votre fils.

Si vous recherchez plus d'informations sur la ketamine vous pouvez consulter la fiche de notre Dico des Drogues : https://www.drogues-info-service....drogues/Le-dico-des-drogues/Ketamine

Le fait que vous preniez rendez-vous pour lui et qu'il ne se rende pas à ses rendez-vous montre que vous êtes, lui et vous, dans deux dynamiques différentes. Vous voulez qu'il arrête et se soigne mais pas lui. Vous ne pourrez pas prendre rendez-vous pour lui ou l'accompagner dans une démarche de soin tant qu'il ne voudra pas. Le fait que vous alliez dans des directions différentes est aussi ce qui crée des tensions entre vous.

C'est difficile à vivre et c'est très difficile de voir son fils se détruire sous ses yeux sans pouvoir rien faire. Nous ne le comprenons que trop.

Cependant, l'enseignement à en tirer c'est que vous n'êtes pas encore dans le temps de l'aide pour qu'il arrête. Avant cela il faut pouvoir l'aider à prendre un peu de recul et à vouloir changer quelque chose. Ce n'est pas simple non plus mais l'objectif est que dans sa tête cela change un peu et qu'enfin il se rende compte qu'il a besoin d'aide.

Aussi, ce qui peut l'aider c'est par exemple :
- que vous reconnaissiez votre impuissance : vous ne pouvez pas l'aider s'il ne veut pas être aidé ce qui veut

dire que les choses sont entre ses mains avant tout. Cet "aveu d'impuissance" est une manière en fait de le responsabiliser d'un côté et pour vous d'arrêter de courir à contre-temps
- que vous l'assuriez de votre soutien s'il prend de bonnes décisions pour lui mais que vous ne le suivrez pas dans son "délire" et ses problèmes s'il continue à s'enfoncer. Votre porte reste ouvert mais pas à n'importe quel prix.
- que vous restiez néanmoins à son écoute et prêt à en parler si nécessaire. L'écoute c'est important pour l'aider à se projeter et à sortir un peu de lui-même. De temps en temps, dans des moments apaisés ou si une occasion se présente, vous pouvez aussi provoquer des discussion sur ces sujets.
- que vous n'hésitiez pas à dire ce qui se passe, ce que vous voyez et qui ne va pas à cause des ses prises de drogues. Soyez factuel et ne cherchez pas à l'humilier ou le juger mais montrez-lui où ses choix le mènent.
- que vous l'encouragiez et le remerciez quand il fait des choses positives, même de petites choses. Cela peut l'aider à renforcer l'estime qu'il a de lui-même. L'estime de soi est essentielle pour avoir envie de s'en sortir. Elle est souvent bien basse quand on s'enfonce dans la dépendance à une ou des drogues.
- que vous réaffirmiez vos liens, votre solidarité, votre amour pour lui quand vous en avez l'occasion. Même s'il est dans d'autres préoccupations il le ressentira et vous en sera, au fond de lui, reconnaissant.
- que vous évitiez si possible de vous rendre complice de son comportement ou de son addiction en acceptant de choses que vous n'accepteriez pas normalement. Fixez et tenez votre ligne, même si elle ne lui fait pas plaisir. Cela reste un repère pour lui si vous tenez notamment sur vos valeurs.

Ce qui peut VOUS aider à faire face à cette situation c'est :
- d'en parler autour de vous à des personnes de confiance. Votre pire ennemi est de tenir cela secret et de "prendre sur vous" sans en parler à personne. Cela ne peut que vous enfoncer vous-même.
- d'aller prendre conseil auprès de professionnels par exemple dans une Consultation jeunes consommateurs (CJC). Les CJC sont ouvertes aux parents et peuvent vous aider à vous positionner face à cette situation. Nous pouvons vous donner les coordonnées de la CJC la plus proche de chez vous (par téléphone, chat ou via notre rubrique d'adresses utiles sur ce site).

Courage, n'hésitez pas à nous tenir au courant des évolutions.

Cordialement,

le modérateur.

Ben11 - 20/01/2023 à 17h13

Merci beaucoup pour votre réponse
Je vais essayer vos conseils cela fait déjà du bien d’en parler sur votre site
j’ai peur qu’il soit juger si j’en parle autour de moi

Moderateur - 20/01/2023 à 17h31

Je vous en prie. "En parler" c'est le début de tout.

Oui il peut éventuellement être "jugé" mais vous ne devriez pour autant pas forcément vous taire à cause de cela. En tout cas pas au prix de vous retrouver enfermé dans le secret et le silence. Si des personnes le jugent cela vous permettra de faire un certain tri dans vos relations. Mais vous pourriez aussi être surpris positivement par certaines personnes !

En parler est un risque qui est normalement payant. Si les premières personnes auxquelles vous en parlez ne réagissent pas bien cherchez-en d'autres.

Au plaisir de vous lire.

Cordialement,

le modérateur.

Madeleine14 - 31/08/2023 à 00h23

Bonjour Ben,
Comment va votre fils?
Mon fils a 27 ans et est accro aussi et je suis impuissante en face de ca. Il a souvent des dettes, il a des gros soucis de santé (urologique et hépatique) . Il voit un psy mais est régulièrement hospitalisé car perte de poids et il est en arrêt de travail depuis des mois.
Il a fait une cure (8 mois d'attente!) mais a rechuté et dit maintenant qu'une cure ne sert à rien.
Peut-être vous souhaitez échanger?
La ketamine est utilisé pour sevrer des alcooliques et en cure contre des douleurs. Mon fils n'a pas été pris au sérieux au début car a l'hôpital on pensait qu'il avait la K pour dépression. Le dégât est très sous estimé et il y a de plus en plus de jeunes qui sont accro. C'est très inquiétant.

Mon fils etait sportif de haut niveau et aujourd'hui son corps et esprit souffre.
Je pleure beaucoup en silence et j'aimerais tellement su'il ouisse retrouver sa vie !

Nuage1 - 11/09/2023 à 18h53

Bonjour je me retrouve en tant que mere dans cette inquietude mais pas pour cette drogue. Ma question s adresserai au modérateur. J essaie d adopter les attitudes dont vous parler, toutefois je ne comprends pas une de vos affirmation : Evitez de vous rendre complice de son comportement et de son addiction en acceptant des choses que vous n accepteriez pas normalement.
Pouvez vous me donner un exemple svp.
Je cherche mais ne trouve pas.
Merci beaucoup.

Ben11 - 12/09/2023 à 08h02

Bonjour madeleine14
En réalité aucun changement après un arrêt de 1 mois et demi il a replongé suite à une soirée ou bêtement je me suis dit ça lui fairas du bien de voir ses amis comme une idiote que je suis
Retour case départ
Les jeunes sont pas assez informés sur cette drogue ou pas assez d'étude encore pour montrer que l'addiction est bien là

Ben11 - 12/09/2023 à 08h08

Bonjour Nuage1
Pour moi quand le modérateur dit de ne pas se rendre complice
C'est les choses vraiment insupportables pour nous il ne faut pas les accepter comme la violence ou le vol bien faire comprendre à notre enfant que ça c'est la chose qui ne passeras pas
Pour ma part il ne vole plus d'argent mais il arrive toujours à trouver a des amis qui lui prête
Je pense que dans mon cas là dernière solution est la cure ce qu'il ne veut absolument pas

Mais je suis impuissante et cela dure depuis tellement longtemps
Pour ses soucis de santé ça va mieux il doit prendre plus de précautions (cracher la goutte qui retombe dans la gorge) s’hydrater suffisamment

Nuage1 - 12/09/2023 à 14h19

Bonjour Ben11 merci de ta reponse. Oui c est sur mais quelque soit la drogue elle est plus forte que toutes nos désapprobations. Donc comment faire pour leur faire comprendre et leur faire accepter que pour nous ca va trop loin.? Est ce que par ex lui donner de l argent car il n a pour revenus que 500€ par mois, est ce se rendre complice ? Évidemment il ne dit pas que c est pour ca !! Mais apres c est des dettes au dealer et la il en parle et il faut payer car peur des représailles ou qu il revende ou autre chose pour gagner plus d argent et rembourser et acheter. Donc je ne sais pas quelle attitude adopter et si c est un des exemple qui rentre dans ce que veut dire le modérateur ? C est se rendre complice mon attitude ? Je suis dans la peur constante. Est ce que je fais bien ou pas ? Help me.

Moderateur - 14/09/2023 à 15h27

Bonjour Nuage1,

La peur est malheureusement bien mauvaise conseillère. Elle pousse à accepter de faire des choses que normalement nous n'accepterions pas de faire, par exemple payer les dealers de son fils. Mais dans le même temps si vous payez vous permettez qu'il continue à se droguer et donc vous vous rendez complice de sa consommation. Cependant vous avez le sentiment que vous ne pouvez pas faire autrement, que si vous ne le faisiez pas alors votre fils aurait de gros ennuis et donc vous décidez de ne pas le laisser tomber. C'est tout à fait normal en tant que parent d'avoir cette peur mais c'est votre piège. En réalité, si vous ne payez pas votre fils trouvera très probablement d'autres solutions pour se fournir en drogues et rembourser ses dealers ou leur échapper. Par exemple voler des objets et les revendre, etc. S'il vous vole vous ne porterez probablement pas plainte parce que c'est votre fils. Mais au moins vous n'aurez pas facilité directement qu'il continue à fonctionner comme il le fait.

Il y a d'autres solutions que tout cela mais elles ne peuvent être trouvées que si vous redonnez à vos actions un sens qui correspond à votre manière de fonctionner et à vos valeurs. Agissez en fonction de vous et non sous la pression ou la peur. Pour cela il faut que vous puissiez prendre un temps de recul et du temps pour vous pour ne plus être dans l'urgence de sa "toxicomanie". Nous savons bien que c'est plus facile à dire qu'à faire lorsqu'on vit au quotidien à proximité d'une personne qui se drogue et encore plus lorsqu'il s'agit de son propre enfant. C'est plus facile si vous pouvez vous faire aider par des proches ou des professionnels.

Par exemple si votre fils a des revenus limités mais que tout argent qui passe dans ses doigts va à la drogue, alors il faut peut-être lui acheter à manger plutôt que lui donner l'argent pour le faire. Et expliquer en même temps votre démarche.

L'idée derrière tout cela est aussi de ne pas faire dépendre votre fils de vous. Si vous êtes toujours là comment peut-il apprendre à se débrouiller par lui-même ?

Ces conseils ne permettront pas à votre fils d'arrêter de se droguer du jour au lendemain mais permettront que certaines amarres soient larguées. Ce qui est un préalable pour espérer qu'il y ait une ou des évolutions, mêmes minimes.

Vous trouverez de l'aide auprès des CJC (Consultations jeunes consommateurs) ou d'un CSAPA (Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie). Appelez notre ligne d'écoute pour que nous puissions en discuter avec vous et vous donner des adresses adaptées : 0 980 980 930 (appel anonyme non

surtaxé).

Cordialement,

le modérateur.

Mariane - 14/09/2023 à 17h23

Bonjour à vous mon fils de 24ans prend des ballon de protoxyde d’azoté en grosse quantités jusqu’à 20 grosse bonbonnes par prise je suis désorienté il me de demande de l’aide il voudrait arrêter mais on ne trouve aucune structure les rendez vous sont loin il recommence à chaque fois il se hospitalisé régulièrement pour manque de potassium comme après une grosse prise il vomit des heures il boit des litres d’eau allant jusqu’à 10 litres en une soirée son cœur s’emballe il prend de la B12 il risque la paralysie il en est conscient mais il recommence il ne travaille plus il est endetté envers dés copain ou des fois la famille pour financer cette addiction que puis-je faire pour l’aider je voulais l’emmener à l’étranger pour une cure mais cela reste très cher il devient méchant avec moi je suis perdue merci de votre écoute

Mgu - 08/01/2025 à 00h34

Bonjour,
Mon fils de 24 ans est décédé en juin 2024 après la prise de la kétamine avec des "amis" et avec sa fiancée. Je ne sais pas vraiment si sa consommation était occasionnelle ou régulière (il n'habitait plus avec nous depuis longtemps). Le cas est probablement "exceptionnel" car peu de décès répertoriés avec cette drogue mais on en est là.
Je ne sais pas comment vous aider mais si vous pouvez montrer ce message à vos enfants, cela fera peut être réfléchir. Je sais que notre vie ne sera plus jamais la même. Parents, frères et soeur, grands parents, ... il n'y a pas de mots pour exprimer notre peine. Mais si je peux aider ne serait ce qu'une personne, ca valait la peine d'en parler. Courage ! Ne baissez pas les bras