© Drogues Info Service - 17 juin 2025

Forums pour les consommateurs

Sevrage drogue enfer 5 mois

Par Dawg Posté le 03/02/2023 à 20h18

Bonsoir à tous. Je suis vraiment ici je souffre trop. Je suis un ados de 17ans et j'ai commencer à fumer du canabis en vacance j'avais rien comme problème je dormais bien je riais je fumait beaucoup mais je sentais rien mes yeux même ne sont pas rouge et j'ai décider de fumer plus trois mois de consommation avec mes amis et j'avais une insomnie de une semaine j'ai arrêter de fumer OK les crise de panique et les crises d'angoisse ne sont pas tarder à venir peur de mourir peur d'être fou j'ai jamais dit ça à personne je pense qua la mort et j'avais un diaphragme plus bloqué difficultés à respirer qui me rendait plus peur ????et un moi sans dormir avec toute cette crise d'anxiété etcc j'ai eu des grave hallucination verbales je voulais essayer de faire taire ma voix intérieure c'est impossible des idées noir et les nuits blanches et ça continue 2 mois sans dormir j'avais aussi peur d'avoir une maladie mentale d'habitude jais jamais laisser ces choses me gagner je ris avec ma famille je leur seulement parler de mon difficultés à respirer et mes peur ???? 3mois j'ai essayer d'avoir des idées clair les hallucinations verbales on peut réduis durant 2mois d'insomnie je ne rêvait pas le troisième moi insomnie avec rêve sans anxyolitics je vivait l'enfer seul sans parler à personne des rêves terrifiant la nuit .
Et j'ai essayer d'avoir des idées relaxant jais bien dormis pendant 4 jour .et les rêves et les insomnies sont venus ma tête ne fait que penser à des anciennes chansons et quand je veux un peut réfléchir mon cerveau fait appel à des anciennes image de moi j'avais peur j'ai un peut pris le dessus avec l'estime de soi mais mon diaphragme est soulager je débute en 4mois avec l'insomnie et rêve et le plus bizarre c'est j'attends des petits bruits à l'oreille gauche qui ne dure pas certaines nuits je veux dire à ma mère qui m'a toujours refuser la drogue j'ai peur je me demande si c'est le sevrage du canabis je suis dans le 5 mois les insomnie on un peut diminuer je dort parfois 1h et parfois 2h de temps et des rêves terrifiant parfois je veux pas que ma mère ait des soucis pour moi 5mois dans toutes ces chose sans dire à personne c'est très difficile être dans l'insomnie 5mois c'est l'enfer j'ai jamais pris de médicament pour me soulager mais est ce que ces chosr vont disparaître ou de parles de mes crises à mère ou de consulter un psychologue c'est dure pour moi . Conseillé moi svp aider moi merci pour votre compréhension

2 réponses

Moderateur - 10/02/2023 à 17h06

Bonjour Dawg,

Merci déjà d'avoir bien voulu écrire ce qui vous arrive ici dans ce forum. C'est courageux de votre part puisque jusqu'à présent vous n'en n'aviez parlé à personne. Merci pour votre confiance !!

Est-ce que vous accepteriez de parler avec un professionnel en toute confidentialité et anonymat ? Il me semble que c'est important parce que cela vous rassurera et cela vous permettra de trouver de l'aide. Car en

effet il ne faut pas que vous restiez tout seul avec ce problème d'insomnie. Vous avez déjà fait quelques progrès par vous-même mais vous verrez qu'avec des pros vous serez extrêmement soulagé.

Je vous invite donc déjà à appeler notre ligne d'écoute (anonyme et gratuite au 0 800 23 13 13) pour que vous puissiez en parler avec un écoutant qui vous donnera les coordonnées d'une Consultation jeune consommateur proche de chez vous. Cela vous donnera accès à des entretiens gratuits et confidentiels avec un professionnel. Ce professionnel vous écoutera, fera le point avec vous et vous proposera des pistes pour trouver une solution.

Courage, appelez-nous pour ne pas rester tout seul et pour sortir de cet enfer que vous vivez.

Cordialement,

le modérateur.

Dawg - 11/02/2023 à 21h11

OK grand merci pour votre message je vais pas mentir je gère un peut la situation mais parfois c'est très difficile mais j'arrive un peut à maîtriser je souffre trop avant de dormir mais je dors parfois je dure 3h 4h parfois des rêves je fache je me dit je vais me laver pour l'école je vais maîtriser la situation et bon à l'école je me tiens vraiment personne ne sait ce qui m'arrive je ris bien avec mes potes je taquine les gens et je me dit encore c'est idées bizarre vont revenir tout de suite et je dit vais affronter mais ça va aller et ce qui m'énerve je fais trop d'effort pour dormir merci pour votre conseil ça me un peut soulager je vais essayer de parler des insomnie à ma mère je vais essayer de vous contacter