

Forums pour les consommateurs

Dépendance cannabis

Par Dodo34 Posté le 04/06/2023 à 18h55

Bonjour ça fait 20 ans que je consomme
Aujourd'hui c'est encore la guerre avec ma femme
Cette connerie me rends excessif dans beaucoup de mes actions
Ça détruit ma famille à travers moi
J'arrive pas à m'en passé
Je suis dépassée par tout ce qui va me tomber dessus si j'arrête pas
C'est que de l'herbe mais j'arrive pas à m'en sortir
Ça me fait mentir les yeux rouge et compagnie mais j'ai toujours la technique pour le faire passer tranquille
Je me persuade que c'est pas grave mais ça m'atteint le cerveau et je suis content
Suis je fou ou c'est ce produit
J'en ai marre que mes petits mensonges s'additionnent
Quand j'ai la foi pour tout jeter j'y arrive pas et je roule roule et roule
Je pense qu'à ça
Je plains les consommateurs de drogue plus forte
J'ai déjà fait appel à vous mais ça pas durer
Dois je me faire interner
Help

4 réponses

Volcan42 - 07/06/2023 à 19h53

Slt un peu dans le même cas que toi après une grosse crise de nerf avec mon homme. Nous avons décidé d'arrêter.. lui pour l'instant il gère on essaie de s'occuper l'esprit moi un peu plus compliqué avec un fond de dépression (qui date) j'ai été voir le médecin en attendant d'avoir rdv avec une équipe addictologue il m'a donné du seresta. J'avoue j'ai contre les médos mais honnêtement ce jour là j'étais vraiment UA fond du trou et ça m'a permis d'arrêter que mon cerveau bouillonne. Mais avant ça comme toi je me disais faut que j'arrête et hop je roule et ça à chaque fois ça fait déjà plus d'un an que je me le répète. Les effets se sont décuplés l'impression que mon esprit n'est jamais au repos . Pète un câble pour un rien . Ne supporte plus le bruit . Voir limite quelque hallucination. Et le calme me rendait presque aussi dingue .. n'attend pas qu'on vienne t'aider, si personne ne sait ta détresse . Alors courage le plus dur c'est de commencer à accepter le problème et d'en parler . J'y pense encore et l'envie est tjrs là mais après cette dernière crise je ne me suis vraiment pas reconnu .

Dodo34 - 08/06/2023 à 12h08

Salut volcan.

Il fait plaisir de pas être seul.

J'espère que ça ira pour le mieux pour vous

Ça y est le calme et revenu chez moi

Et encore une fois je me retrouve seul face à moi même

Deuxième roulé pour moi

J'essayais Malgré tout de ralentir, mais j'ai l'impression que je n'y arriverai pas

J'aimerais bien stopper du jour au lendemain, et c'est impossible encore. Donc je fais ce que je considère être des efforts.

Je pourrais écrire un livre avec mon cerveau qui est tout le temps en ébullition comme le tien

Marre de tout ça

Volcan42 - 08/06/2023 à 13h07

Slt dodo34

Je m'y retrouve dans tes mots .. le cerveau en ébullition l'impression de respirer à peine . Un effort est déjà une petite victoire . Il faut commencé par de petits pas qui mèneront à la grande victoire ! Si tu arrive déjà à repousser de fumé dès que l'envi t'y prend c'est bien ! C'est pas facile de se remettre en question et de nous interdire des envies aussi compliqué.. si tu veux on peut s'écrire en dehors de ce site. J'ai essayé de trouver des applis pour parler à une communauté mais j'en ai pas trouver . Honnêtement le cachet que le médecin m'a donner arrête cette effet de cerveau qui tourne sans arrêt . J'arrive mieux à penser à ce que je suis entrain de faire à l'instant présent et pas ce que vais faire dans la minute ,l'heure,le jour prochain etc .. et je me suis lancé (quand j'ai été motivé) dans de grands tris dans la maison . Sa fait du bien à la fin sa m'évite de cogiter sur tout et rien . Mais l'effet du manque est là et il me rattrape facilement. Je marche sur une corde tendue à pied joint si tu vois l'image lol . Je te souhaite bon courage ne lâche rien ! Tu n'es pas seul ! Tu as contacter un centre avec des addictologue ? Les scapa ? Le chat ici ma donner une adresse proche de chez moi je stresse de fou de devoir y aller et de devoir parler ce que je ressens vraiment . Mais pour moi sa a déjà été bénéfique de prendre le téléphone et de composer le numéro . Comme si je m'étais pris une gifle de mon père qui remet les idées en place lol . Hésite pas si tu a besoin ou si tu sens que tu craque !

Dodo34 - 10/06/2023 à 09h20

Salut volcan c'est quoi l'appli

Autant essayer comme ça ????