© Drogues Info Service - 13 juin 2025

Forums pour les consommateurs

Addiction au GBL

Par Adcata Posté le 13/07/2023 à 12h20

Bonjour,

Cela fait 7 mois que je consomme du GBL associé à la 3MMC tout les week-ends pratiquement, je suis dans un cercle vicieux ou je veux arrêter mais sans succès, je replonge trop facilement et mon envie combat ma raison, j'ai des projets et surtout un cercle familial et amicale sain que je met de coter pour cette consommation, j'ai peur pour ma santé et surtout de mourrir de ça, j'ai conscience de tout ça et pourtant j'arrive pas à arrêter.

J'ai besoin de témoignage, ya t'il un espoire d'arrêter ?

2 réponses

---

chibiusa - 20/09/2023 à 06h26

Hello,

Pour répondre à ta question: oui il y a un espoir d'arrêter, aussi infime qu'il soit, mais il est bien là.

Pour faire part de mon expérience, j'ai été très addict au GBL pendant plusieurs mois, et aujourd'hui je suis sobre de cette substance depuis 465 jours. C'est un combat quotidien, surtout que je continue de fréquenter un milieu où tout le monde en consomme, mais la fierté d'en d'en être sortie m'aide à tenir le coup.
Je n'ai malheureusement pas encore arrêté la 3mmc, qui est addiction (pour ma part encore une fois) moins intense et moins dangereuse (a court terme), mais je suis suivie par des addictologues qui m'aident à garder espoir d'en finir avec cette substance également, mais chaque chose en son temps. Je pourrais épiloguer, mais je ne pense pas que ce soit utile, garde juste en tête que certains s'en sont sorti, donc tu en es capable aussi. il faut juste que la décision vienne du plus profond de toi, et que tu gardes en tête que ce n'est pas un combat facile, mais que le jeu en vaut la chandelle.
Bon courage à toi, et à tous celleux qui tomberont sur ce message; car si vous êtes arrivé.es jusque là, sachez que vous avez déjà fait une grande partie du travail.

Zackcj - 21/01/2024 à 19h34

Je sors à peine y a 2h de la réanimation à la suite d'un G-Hole
J'ai fait une énorme connerie: j'ai mis dans un verre l'équivalent de 10ml et j'ai rajouté du jus sans même m'en rendre compte..

J’ai laissé exprès ma porte ouverte et vu que j’étais archi arraché, j’étais super agité, ce qui a permis à la voisine d’appeler le Samu.

La réanimation a mis 24h pour me remettre en vie
Je leur dois tout

Be safe