© Drogues Info Service - 31 mai 2025

Vos questions / nos réponses

Obsédée par me procurer de la cocaine

Par Luda12 Postée le 07/08/2023 01:05

Je pense être acceo à la cocaine et jz ne sais plus comment faire

---

Mise en ligne le 10/08/2023

Bonjour,

Nous disposons de peu d'éléments pour aider au mieux.

Toutefois, sachez que lorsqu'il devient difficile d'arrêter une consommation, cela signifie que cette dernière a pris une place et une fonction particulière dans notre vie, dont il va falloir se détacher et qu'il va falloir remplacer pour réussir à arrêter de consommer.

Nous vous invitons donc tout d'abord à réflechir aux effets que la cocaïne vous apportent et à ce que cela vous permet dans votre quotidien. Cela vous permettra de réfléchir à des moyens d'obtenir ces effets par d'autres moyens qui vous correspondront (activité sportive, artistique, changements de rythmes, etc).

Une première piste pour réussir à arrêter peut d'ailleurs être de commencer par une diminution ou un espacement des consommations, afin d'éviter de se retrouver en manque trop brutalement.

Parfois, lorsque l'accroche avec le produit est importante et qu'il devient difficile de s'en défaire par soi même, il peut-être utile de demander une aide extérieure.

Si vous souhaitez discuter de votre situation directement avec un.e écoutant.e de notre service, vous pouvez nous contacter gratuitement et anonymement par téléphone ou par tchat. Nous répondons au 0 800 23 13 13 tous les jours de 08h à 02h. Le tchat est ouvert de 08h à 00h du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Si vous pensez que cela pourrait vous aider dans votre démarche, vous pouvez donc également être accompagnée par des professionnels (médecin,psychlogue, infirmier..) dans un Centre de Soin,

d'Accompagnement et de prévention en Addictologie (CSAPA). Les consultations sont gratuites et confidentielles. Par rapport à la ville de résidence que vous nous avez indiquée, nous vous joignons les coordonnées d'une de ces structures.

Avec tous nos encouragements

Bien à vous,

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suiv

---

CSAPA- Association Addictions France

8, rue Francis de Pressensé
83000 TOULON

Tél : 04 94 92 53 46
Accueil du public : lundi et mercredi de 9h à 13h et de 14h à 17h, mardi de 9h à 13h et de 14h à 19h, jeudi de 9h à 13h (fermé l'après midi), vendredi de 9h à 12h30
Secrétariat : lundi et mercredi de 9h à 13h et de 14h à 17h, mardi de 9h à 13h et de 14h à 19h, jeudi de 9h à 13h (fermé l'après midi), vendredi de 9h à 12h30
Substitution : Unité Méthadone : du lundi au vendredi de 9h à 13h
Consultat° jeunes consommateurs : aux horaires du CSAPA

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Article - Arrêter, comment faire ?