© Drogues Info Service - 3 juillet 2025

Forums pour les consommateurs

Dépression et cocaïne

Par Alya74 Posté le 23/12/2023 à 23h57

Bonsoir,

A l'heure où je vous écris je suis évidement sous cocaine.

Au début j'en ai pris avec mon copain de l'époque il y a de nombreuses années. J'aime toutes les choses qui peuvent me permettre de me retourner la tête.
A l'époque il était plus difficile d'en trouver je ne suis donc pas tomber dans le piège.

Il y a trois ans en arrière j'ai rencontré l'homme avec lequel je suis toujours. Quelqu'un de sportif, bien dans sa tête et dans sa peau. Tout l'inverse de moi.
Et on a parlé de coke, il en prenait pour faire la fête et moi j'avais hâte d'en reprendre. Je m'y suis donc remise gentiment. Au début 1 fois tous les 2 où 3 mois ... rien de bien méchant juste pour faire la fête et de temps en temps chez moi.
Puis on en a pris à d'autres occasion juste tous les 2... on passait de super soirees . c'était tellement euphorisant que j'en aurait pris à chaque fois. Mais lui était plus raisonné que moi.

Et puis snapshat est devenu pour moi un moyen d'en avoir facilement.
C'est mon homme qui m'a donné le premier contact, il ne se doutait pas que j'aimais ça à ce point.
J'ai donc commencé à en prendre régulièrement 1 fois par semaine et en cas de coup dur 2 à 3 grs dans la semaine sans que personne ne le sache ... toute seule chez moi..

Le contact a disparu du jour au lendemain. J'ai pu en trouver un autre mais j'ai du ralentir. Je n'avais toujours pas l'impression d'être dépendante à ce moment là

Jusqu'au jour où mon homme qui connaissait pas tendance à en prendre ..me donne un autre contact début octobre de cette année.
Et là c'était tellement simple d'en avoir. La coke est livrée pour 3 grs. En dessous de 200 euros il faut aller la chercher à 10 min de chez moi.
Bref un vrai bonheur plus de question à se poser pour en avoir.
Donc je pouvais en prendre 5 grs en moins d'une semaine. Et maintenant je ne peux pas rester 2 jours sans en prendre.

Je vis une grande dépression à cause de la coke. J'étais déjà fragile mais ça m'a mis à terre. Je suis complètement perdue.
Je n'arrive plus à travailler, je mets tout mon argent là dedans
Je veux juste rester seule et prendre de la coke.
Je suis arrivée au stade de ne pas pouvoir me rendre au travail tellement je me sentais mal....du fait de la dépression....

A cause de la coke je vois tout en noir ...j'ai envie d'en finir avec moi même mais j'en suis incapable.

J'ai n'avais jamais parlé de ma dépendance à personne parce que je croyais que je gérais
Mais je vois que je ne gère plus rien.... il n'y a plus que ça qui compte... pour me sentir moi....

Depuis 4 jours environ je suis tombée dans une dépression totale...j'étais déjà sous antidépresseur ...je prends de la coke en même temps. Bref j'ai l'impression que je vais tout perdre.
Je n'arrive plus à rien gérer : ma fille..mon travail.. mon compte en banque...mon hygiène de vie qui était déjà mauvaise ..mon couple...ma famille dont je ne m'occupe plus du tout ...

Ce soir j'ai parlé de ma dépendance à ma meilleure amie et mon homme..toujours le même....
Les 2 s'en doutaient surtout ma meilleure amie...
Mon homme veut m'aider à m'en sortir mais j'ai l'impression que je dois rester seule pour m'en sortir maintenant que je me suis rendue compte que j'étais accro.

Mon homme est tellement fort et moi tellement faible que ça me met une pression énorme.
J'ai peur d'arrêter mais j'ai peur de continuer

Je suis dans une impasse

Mes pensées vont dans tous les sens je m'en rends bien compte.

J'arrive à écrire ce soir parce que je suis sous coke sinon je reste allongée toute la journée à pleurer et dormir.
Ce n'est plus une vie

Je vais voir comment me sortir de ça sûrement avec un psychiatre.

Je vous remercie de m'avoir lu.
J'espère que quelqu'un se reconnaîtra à travers mon texte et qu'il me répondra pour qu'on puisse peut être arriver à s'aider.

J'espère aussi biensur que c'est mon dernier gramme que j'ai acheté aujourd'hui mais j'ai des doutes le jour de l'an étant dans quelques jours.

4 réponses

Popilou - 26/12/2023 à 14h49

Bonjour

J’ai une chose à dire ; on ne sor jamais tout seul de la
Coke sans aide extérieur

La coke entraîne la dépression mais surtout la coke vient combler un vide en toi

Seul des professionnels
De santé pourront t’aider à comprendre. Pourquoi tu consommes

Il faut consulter un addictologue qui pourra t’orienter vers des cures

C’est la où j’en suis personnellement

L’arrêt de la cocaine est un renoncement total et complet

Personne ne vie avec la cocaine au quotidien il y a rien de normal à faire ça il faut prendre conscience

Donc un conseil parles à des PDS spécialisés et arrête de commander

Charliiie - 09/01/2024 à 10h10

Bonjour,

Ce poste date un peu… Quelles nouvelles?

La situation semble hors de contrôle effectivement et cela le rend triste pour vous.
Néanmoins, je constate que vous faites le pas et surtout vous semblez bien entourée par votre meilleure amie.
Votre compagnon peut-il vous soutenir? Fréquenter un consommateur ce n’est pas toujours aidant.

En avoir parlé est déjà fort bien. Qu’allez-vous faire ensuite ou qu’avez-vous fait?
La démarche d’aide est souvent longue et compliquée, il faut s’accrocher.

À mon sens, l’avis de votre médecin de famille voire même d’un service d’urgence me semble indiqué. Ne deviez vous pas vous écarter un peu du milieu de vie? Vous semblez avoir des ressources en tout cas.

Bon courage ????

Alya74 - 09/01/2024 à 19h07

Bonsoir,

Je vous remercie énormément pour vos réponses et votre bienveillance.
Ça fait un peu plus d'une semaine que je n'ai pas touché à cette m****.
Je n'ai pas trop d'angoisses bizarrement.
De toute façon je ne peux plus assumer financièrement la prise régulière et finalement ça me sauve.
Je vais tenter de poursuivre les efforts
Je prends des anxiolitiques pour m'apaiser un peu...à faible dose.
J'ai choisi de me retrouver seule pour me concentrer sur moi même et ne plus avoir de contrariétés pour l'instant car toutes formes de pression me stresse trop.

Je vous remercie encore pour tout.

Charliiie - 10/01/2024 à 11h15

Bonjour Alya74,

Je suis contente de vous lire, surtout que ce sont de bonnes nouvelles.

J’espère que cet isolement vous apporte une paix intérieure. C’est un bon début pour tenir bon. Sans doute

qu’après, peut-être avec moins de fragilité, vous réintégrerez votre milieu habituel. Ce ne sera pas chose évidente car la réalité sera différente et vous serez confrontée à d’autres défis dont « comment ne pas craquer à la moindre contrariété »?

L’argent est un bon argument pour arrêter déjà. Peut-être en avez-vous d’autres aussi? Santé? Famille? Etc.

J’espère que le médecin qui vous suit pour votre dépression pourra aussi vous aider pour l’arrêt de cette m**** comme vous dites si bien.

En tout cas, force et courage à vous. Rien n’est simple, il faudra s’accrocher et se donner le temps.

Prenez bien soin de vous