

Forums pour les consommateurs

# Gestion craving et redescende freebase crack

Par Blakadia Posté le 15/07/2024 à 00h48

Bonjour,

Hélas je sombre dans le crack....

Je cherche une solution pour gérer rapidement les craving et redescende svp.

Pour le moment je gère avec 50mg de seresta et 25 mg de tercian mais ça agit pas assez vite...

Je vois ma psy qu'en septembre hélas et mon généraliste n'y connaît rien.

Merci pour votre aide.

## 10 réponses

---

OdreY - 18/07/2024 à 00h27

bonjour

vous n'êtes pas seul ici! pourquoi ne pas chercher un centre qui reçoit anonymement pour t'aider à gérer ?

Blakadia - 18/07/2024 à 12h46

J'ai déjà suivi mais là j'ai pas le temps je suis en saison à mon compte je cherche un médicament que je peux demander à mon généraliste

Blakadia - 18/07/2024 à 12h48

J'ai déjà suivi psychiatrique + psychologue + psychotrauma + addicto, je suis handicapé psy, je bosse à mon compte je ne peux pas faire plus

OdreY - 18/07/2024 à 20h48

Sans jugement aucun, d'un œil extérieur.. Quand on ne trouve pas le temps de vouloir s'en sortir c'est que le cheminement d'arrêter n'est pas encore certain.

Nous sommes là pour te donner un soutien si besoin

Moderateur - 19/07/2024 à 10h19

Bonjour Ordre Y,

Il me semble que Blakadia explique qu'il a déjà mis en place beaucoup de choses pour être aidé.

Bonjour Blakadia,

Il est difficile voire impossible de trouver une aide spécialisée en addictologie en urgence qui pourrait soulager votre craving plus rapidement que le traitement que vous prenez actuellement. Où en êtes-vous aujourd'hui?

Bon courage à vous

Blakadia - 19/07/2024 à 11h24

Merci de votre intervention Modérateur.

Ben j'ai fait la connerie de baser ma coke à l'amo par flemme de faire au bica résultat j'ai une infection et inflammation urinaire et sanguine....

Rien fumer depuis mardi ni bu d'alcool aucun stup, de l'eau médocs, boulot et aujourd'hui et demain repos.

Pas de craving, j'ai très peur pour ma santé là.

Rdv addicto en septembre, psychologue en août, psychiatre septembre et psychotrauma en attente.

Je suis stable avec ma maladie psy.

Le problème de craving se présente en début de mois qd je me sors mon salaire.... Une psychiatre m'avait prescrit du loxapac pour gérer les craving c'est un neuroleptique puissant efficace mais il me crée des crises de tremblement qd je le prends.

Je crois que je suis seule face au problème en attendant mes rdv....

Moderateur - 19/07/2024 à 13h58

Si je comprends bien, votre craving est en quelque sorte conditionné par le versement de votre salaire. C'est le moment où vous êtes en capacité matérielle de vous "offrir" votre consommation.

Vous pouvez contacter Drogues info service par téléphone afin de vous préparer à ce moment critique. Vous serez accueilli sans jugement ; être soutenu au bon moment pourrait vous aider à passer le cap.

Une autre piste plus concrète : pourriez-vous ne pas avoir accès à vos moyens de paiement durant les quelques jours les plus à risque? Vous auriez seulement un peu de liquide pour vos besoins essentiels.

Comme vous le savez sûrement, le craving peut se manifester longtemps après avoir arrêté de consommer.

En attendant l'aide médicamenteuse que vous souhaitez, pourriez-vous mettre en place une stratégie pour faire diversion? La relaxation convient à certaines personnes, le contact avec des proches non consommateurs peut être une autre piste. Vous occuper la tête et le corps peut être primordial également. Qu'en pensez-vous?

Enfin, je reviens sur votre état de santé : vous avez pu consulter pour votre infection et votre inflammation?

Bien à vous Blakadia

Blakadia - 19/07/2024 à 15h37

Pour mes probs de santé je suis soignée je suis allée aux urgences.

Pour le reste c'est pas érable par la méditation, le crack m'offre une sensation de liberté perdue depuis que je

suis handicapée d ou le besoin d un médocs béton armée.

Laissez tomber je verrais avec l addicto en septembre, qd j ai envie de fumer la coke ça prend toute la place et je veux que ça, appeler pour en parler sert à rien. Merci de votre soutiens.

IOdUII - 21/07/2024 à 04h43

Hélas je sombre dans le crack ! Hélas. Je reste sûr ton constat Blakadia pour te communiquer mon envie, moi aussi, d arrêter faut le dire de me détruire avec le crack disons le . C'est super et après c'est l enfer ! Tout passe dedans même notre temps. On y pense y pense et y repense ! J' ai donc arrêté en faisant 2rechutes le 22janvier 2024 et le 14juin 2024. Depuis le 31octobre 2023 j' ai dans ma tête arrêtée. Du coup et vu mon parcours, les rechutes sont normales, font partie de l arrêt (en tout cas dans mon cas), j' arrive à ne pas y penser à baser, j' y pense et j' y pense plus du tout. Aujourd'hui je vais bien et je n' ai pas envie de resombrer. On peut arriver à arrêter si tu veux toi aussi avec le crack. Moi je suis heureuse aujourd'hui d avoir arrêté. Je voulais juste le dire et te le dire. Bon courage à toi et à tous. Soyez heureux/ x

Charliiie - 21/07/2024 à 15h40

Bonjour Blakadia,

Je lis beaucoup de détresse.

Modérateur donne de bonnes pistes je trouve.

Votre suivi semble déjà bien ficelé mais effectivement en cas de besoin de « crise » cela semble un peu lointain septembre...

Puis-je vous demander pourquoi des rdv si loin? Est-ce dû à votre emploi du temps ou au fait que nous sommes en période de vacances/congés?

Dans l'hypothèse où votre médecin et/ou psychologue serait disponible plus rapidement, auriez-vous l'occasion de vous y rendre?

Vous évoquez votre médecin traitant, ne peut-il pas contacter votre psychiatre par téléphone pour avoir des pistes?