

POLYADDICTIONS

Par **Moka** Posté le 26/09/2024 à 08h06

Bonjour, j'ai 20 ans. J'ai été accro à la kétamine (aujourd'hui totalement arrêtée), je prends occasionnellement des ecstasys, mais mes plus gros soucis sont la cocaïne et l'alcool. Ça me bouffe ma vie, mes relations, mon argent, mon énergie, ma joie de vivre (je n'ai envie de rien sobre). J'ai déjà fait plusieurs séjours en cliniques mais à chaque fois derrière j'ai rechuté. La cocaïne est tellement addictive, c'est affreux. J'ai d'autres problèmes psy (troubles du comportement alimentaire ((anorexie, boulimie vomitive)), HPI, borderline). Je dois être internée en clinique pour les troubles alimentaires milieu octobre, ce qui veut dire sevrage total et brutal. J'appréhende énormément, je ne sais pas comment je vais réussir à apprécier la vie, le temps. Je suis très solitaire et consomme seule. Pour l'alcool, je bois environ une dizaine de bières par jour. Je suis suivie dans un CJC (Centre Jeunes Consommateurs) par une éducatrice spécialisée, ça m'aide beaucoup, mais pour autant, je n'arrive pas à décrocher totalement. C'est très compliqué d'un point de vue financier, je suis interdite de découvert, je suis inapte à travailler (dossier MDPH sera monté). Je vis seule, avec mon chien (heureusement), hébergée à l'hôtel par le 115 (hébergement d'urgence) car il y a eu des violences de la part de mon père. Cette solitude me pèse et me pousse dans le cercle de la consommation. J'ai tendance à médoser mes traitements psy également. J'ai l'impression de stagner, chaque fois que je sors de clinique je replonge, et j'aimerais bien avoir une vraie vie et non une vie tournant autour de molécules dans un hôtel minable sans voir personne. J'avais besoin de décharger mon sac, je ne m'attends pas à une recette miracle, je sais qu'il faut être extrêmement fort psychologiquement et le manque de soutien autour de moi fait que je n'y parviens pas. Je me sens seule face à ça, et me dis, à quoi bon arrêter ? Arrêter pour faire quoi ? Je précise que j'ai toujours consommé seule.

Merci pour votre lecture

3 RÉPONSES

Enzo690 - 27/09/2024 à 04h46

Bonjour Moka, j'ai 49 ans je suis moi aussi adict à la cc. Ta surconsommation tu l'as écrit sur ton message "la solitude". Dans un 1er temps l'être humain a besoin d'être plusieurs dans tous les domaines du monde. Quand tu parles à personne tu t'ennuie et donc tu consomme. Il faut rencontrer des gens qui ont vécu ce problème et des professionnels de la santé (CSAPA) centre d'addictologie d'aide et à l'écoute. La prise en charge est gratuite. Ce sera un bon début. J'espère que sa t'aidera dans ta lutte. Bon courage tu est encore très jeune avec la vie devant toi. Fais toi aussi aider sur des projets, pour occuper ton esprit. Bonne chance à toi.

Anaconda - 27/09/2024 à 16h53

Bonjour Moka, quand je t'ai lu, je n'ai pas pu m'empêcher de me reconnaître dans une partie de ton récit et je voulais te partager mon expérience par rapport à tout ça. Je ne sais pas si ça t'aidera à te sentir moins seule ou pas mais je ressens l'envie de me confier aussi. Voilà, j'ai 24 ans et je suis tombée dans le crack à l'âge de 19 ans pendant une hospitalisation en psychiatrie pour tentative de suicide. Moi aussi, j'ai des TCA (anorexie, boulimie...) depuis que j'ai 14 ans et la coke m'aidait à réguler tout ça quelque part je pense. Bref, ça n'allait déjà pas fort quand j'ai commencé à consommer mais aujourd'hui je n'en suis toujours pas totalement sortie. J'ai été dans beaucoup de cliniques pour effectuer des sevrages, mais chaque fois que j'atteignais la sixième semaine environ, je craquais et foutu pour foutu je re consommait à fond et me mettais en danger chaque fois un peu plus.

Il y a trois semaines, ces consommations m'ont amenée à me faire séquestrer par un gars qui m'avait offert de la coke. Heureusement j'ai réussi à appeler mon copain qui, lui, a prévenu les flics. Mais j'ai eu très peur et depuis je n'ai pas re consommé. J'ai entrepris des démarches pour rentrer dans une clinique pour faire différemment cette fois. Je pense avoir compris qu'il faut que j'effectue un travail de fond et que je sorte de mon environnement plus que quelques semaines, plutôt quelques mois. Mais ça me fait peur, suis-je vraiment prête à affronter mes démons ? Suis-je prête à me livrer et à livrer une bataille que j'ai fui et que j'ai cherché à ignorer pendant tant d'années grâce au crack ? En ai-je seulement la force ?

Je ne sais pas, des fois, je me sens vide, j'ai des flash-back de tout ce que j'ai vécu à cause de cette merde, et de tout ce que j'ai fait vivre aux gens qui m'aiment à cause d'elle. Et quand je repense à tout ça, je me dégoûte ; surtout parce qu'à l'époque, quand j'arrivais à consommer en volant mes proches ou en vendant mon corps, plus rien n'avait d'importance dès lors que je faisais une base, et je me sentais fière de moi, je me disais que j'avais encore réussi à les avoir. Comment cette drogue a-t-elle pu me rendre aussi égoïste et aveugle à ce point ? J'aurais pu tout perdre mais j'ai la chance d'avoir des parents qui s'accrochent, et un copain qui ne m'a jamais laissée tomber et aujourd'hui, je veux vraiment prendre cette décision : me faire cette promesse à moi-même que plus jamais elle n'aura le dessus. Plus jamais je ne ferai souffrir mon entourage à cause de cette merde. Je veux me retrouver, retrouver cette fille respectable que j'étais, avec des valeurs et des convictions, cette fille humaine qui se souciait des autres, et sur qui on pouvait se reposer quand ça n'allait pas. Je veux redevenir fiable. Je l'étais à l'époque, pourquoi ça ne pourrait plus être le cas ?

Ce dont je rêve au fond de moi, ce qui me motive à rester clean pour ma part, c'est évidemment parce que je ne veux plus souffrir et faire souffrir les autres. Mais il y a quelque chose d'autre : je voudrais m'en sortir pour pouvoir ensuite un jour témoigner et, qui sait, peut-être aider à mon tour des personnes souffrant d'addictions. Ce serait une tellement grande fierté pour moi d'arriver un jour à cela. Bien sûr, il va y avoir du travail d'ici là mais je me dis que pour combattre une telle merde, tout ce qui est bon pour se motiver et garder la force et la volonté sur le long terme, tout est bon à prendre.

Pour en revenir à ton post, je connais ce cercle vicieux de consommation et de solitude. Et malheureusement, le moyen de sortir de ce cercle, c'est de changer totalement d'environnement, d'aller dans une clinique par exemple. Parce que même si c'est violent psychologiquement de tout arrêter d'un coup, ce que j'ai appris en allant dans ces lieux de soins, c'est que tu te retrouves avec des gens

qui ont chacun une histoire et avec qui tu peux lier des liens (même si c'est juste pour la durée du séjour), et moi je me suis toujours appuyée sur ces liens pour redécouvrir la vie sans produit. Parce que même quand t'as envie de rien, eux ils sont là et petit à petit tu peux découvrir des ressources en toi, grâce au simple fait que de voir du monde et de partager tes ressentis et aussi ton parcours avec d'autres patients.

Bref, désolée c'était un peu long mais courage ! Moi j'y crois de nouveau et il n'y a pas de raisons qu'on ne s'en sorte pas.

Moka - 29/09/2024 à 23h30

Hello, tu as raison, il faudrait que j'arrive à vaincre cette solitude. Mais j'ai énormément de mal de trouver des personnes avec qui ça "match". La plupart des êtres humains me semblent futiles, sans me placer au dessus bien évidemment. J'ai d'ailleurs suivi une partie de ma scolarité par correspondance à cause de cela. Je suis déjà suivi par une addictologue qui m'aide énormément. Je me dis que j'ai déjà réussi à arrêter la ké, je suis capable du reste. Mais j'ai besoin de soutien, de gens. Heureusement j'ai mon chien, mais cela reste un chien et non un humain malheureusement.

Force à toi, je ne sais que trop bien à quel point c'est addictif. Je t'envoie beaucoup de force.
