© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

Début, possible gestion, fin

Par Soothes Posté le 08/12/2024 à 04h02

Bonjour

J’ai commencé a prendre la cocaine avec une amie, a ce moment la, max 1week end sur 2(l’autre week end et la semaine elle avait son enfant donc pas posible)
j’ai systématiquement consomé de la cocaine avec de l’alcool tout le long de la soirée, meme si consomation normal mais pas excesive.

A ce moment la durant le week end posible nous prenions 1g, qui nous tenais a deux le vendredi soir plus samedi soir, avec du coup dimanche de repos.
Puis au bout de 4-5 fois, c’est devenu 2g, pour le week end, le samedi on finissait tres tot le peut qu’il restait et du coup on commendais le deuxieme gramme.

Au final cette amie est sortie de ma vie.

J’ai pendant 2-3semaine eu aucune consomation.

Puis lors d’une rupture, j’ai prit deux jours de suite 1gr, pour une soirée avec un pote qui a partager avec moi donc 1gr pour deux en une soiree, et la les problèmes au final apres ces deux soirée a discuter avec ces amis, le lendemain personne de dispo et je fini par me commander un gramme tout seul, j’adore au final cette soirée seul chez moi sous coke, je consome 75% du gramme au final maintenant ca fait 16jours de suite que je consome, seul ou si un amis est la. Les deux derniers soirs, 1g tout seul entier en 1soir, et j’en aurait eu plus j’aurais continué.
Hier soir anniv d’une amie, je suis pas bien de la vieille donc je prend jn gramme je sniff deux tres grosse trace avant de partir a la soirée, puis pendant la soirée dans les toilettz caché je sniff regulierement, gramme fini.

Bon voila la je sais que ca commence a perdre le controle, je suis en attente d’un boulot donc je sais que ca ne m’aide pas de ne pas travailler.

Ma première question est : auriez vous des conseil et des « doses » maximum a consommer par semaine pour allié une prise pour se faire un petit plaisir seul ou avec un ami, mais en fixant jne limite qui pourrait reussir a etre respecté ?

Je vais dans tout les cas essayer de trouver un rythme, meme par exemple Max deux fois par mois 1g et jamais plus que me conseilé vous.

Je vais essayer de voir si j’arrive a me reguler etc et sinon apres avoir essayé et si ca ne marche pas je ferais ce qu’il faut pour arreter totalement, qu’en pensez vous ?
Dsl si des fautes de frappes je suis sur mon tel et sous cole actuellement qui me fait faire des fautes de

frappes souvent

2 réponses

TchatBack - 24/12/2024 à 21h15

Bonsoir Soothes
Comment ça va ce soir ?

Profil supprimé - 02/01/2025 à 20h01

Bonsoir Soothes,

J'ai suis ancien consommateur suite à une expérience de trop en 2017 avec quelques écarts très très difficile à reprendre le dessus.

L'idée de réguler sa consommation est je pense illusoire,

Je suis nouveau sur le site mais je suppose que des exemples d'expérience de souffrances sont reines.

Pour ma part ce n'est pas les beaux conseils qui m'aurait fait empêché de consommer mais peut-être es tu plus intélligent que moi.

Je te conseille de supprimer complètement cette drogue avant de vivre des années de galères.

Ai une vision saine de qui tu veux devenir, quelque chose qui te fasse vraiment envie et avance petit à petit.

Si tu décides d'arrêter complètement n'hésite pas à chercher de l'aide et évite les fréquentations qui consomment.

Toute mes rechutes ont été causé d'avoir été en contact avec.

Bon courage à toi