

Forums pour les consommateurs

# Début, possible gestion, fin

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

Bonjour

J'ai commencé à prendre la cocaine avec une amie, à ce moment là, max 1 week end sur 2 (l'autre week end et la semaine elle avait son enfant donc pas possible)  
j'ai systématiquement consommé de la cocaine avec de l'alcool tout le long de la soirée, même si consommation normal mais pas excessive.

A ce moment là durant le week end possible 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 très tôt le peut qu'il restait et du coup on commandait le deuxième gramme.

Au final cette amie est sortie de ma vie.

J'ai pendant 2-3 semaines eu aucune consommation.

Puis lors d'une rupture, j'ai pris deux jours de suite 1gr, pour une soirée avec un pote qui a partagé avec moi donc 1gr pour deux en une soirée, et là les problèmes au final après ces deux soirées à 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 consomme 75% du gramme au final maintenant ça fait 16 jours de suite que je consomme, seul ou si un ami est là. Les deux derniers soirs, 1g tout seul entier en 1 soir, et j'en aurais 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 très grosses traces avant de partir à la soirée, puis pendant la soirée dans les toilettes caché je sniff régulièrement, gramme fini.

Bon voilà là je sais que ça commence à perdre le contrôle, je suis en attente d'un boulot donc je sais que ça ne m'aide pas de ne pas travailler.

Ma première question est : auriez-vous des conseils et des « doses » maximum à consommer par semaine pour aller une prise pour se faire un petit plaisir seul ou avec un ami, mais en fixant une limite qui pourrait réussir à être respecté ?

Je vais dans tous les cas essayer de trouver un rythme, même par exemple Max deux fois par mois 1g et jamais plus que me conseillé.

Je vais essayer de voir si j'arrive à me réguler etc et sinon après avoir essayé et si ça ne marche pas je ferai ce qu'il faut pour arrêter totalement, qu'en pensez-vous ?

Dsl si des fautes de frappes je suis sur mon téléphone et sous contrôle 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 intelligent 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