© Drogues Info Service - 14 juin 2025

Vos questions / nos réponses

Ce sortir de la cocaïne

Par Titine12345 Postée le 05/12/2024 19:52

Bonjour, comment arrêter la cocaïne

Mise en ligne le 11/12/2024

Bonjour,

Nous saluons le fait que vous veniez vers nous pour chercher une aide afin vous libérer d'une consommation qui ne vous convient sans doute plus.

Les conduites addictives sont très individuelles et dépendent de nombreux facteurs qui découlent d'expériences de vie personnelles. Vous ne nous donnez pas d'éléments de contexte sur votre situation, nous allons de fait tenter de vous donner des pistes d'aides généralistes.

La cocaïne est un produit qui peut se révéler rapidement très addictif et l'usager peut se trouver dans une incapacité de s'abstenir de consommer. Le craving (envie irrépressible de consommer) est favorisé par la faible durée des effets du produit et l'état dépressif qui suit les prises.

De plus, le consommateur peut se trouver à un "syndrome de sevrage" lors de l'arrêt. Il s'agit d'un ensemble de symptômes qui peuvent s'étendre d'une à dix semaines en moyenne selon les individus. Durant cette période, il peut couramment se manifester de la fatigue et de l'humeur dépressive, des difficultés de sommeil, de l'anxiété et des attaques de panique...

Pour davantage d'information sur ces difficultés, vous trouverez en bas de réponse notre fiche produit sur la cocaïne.

Il est tout à fait possible de trouver une aide à la diminution ou à l'arrêt auprès de professionnels du champ de l'addictologie. Il existe des structures nommées Centres de Soin d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) qui proposent ce type d'accompagnement.

Les consultations individuelles sont proposées dans un cadre confidentiel et gratuit. L'équipe est généralement composée de médecin addictologue, psychologue, infirmier...

Vous trouverez également en bas de réponse des coordonnées de CSAPA dans le périmètre géographique que vous nous avez indiqué.

Si vous souhaitez échanger davantage sur votre situation ou du soutien ponctuel, n'hésitez pas à contacter un de nos écoutants. Nous sommes accessibles 7J/7J, par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) de 8H à 2H du matin ou par le Chat de notre site Drogues Info Service du lundi au vendredi de 14H à minuit et le samedi et le dimanche de 14H à 20H.

Avec tous nos encouragements pour votre démarche.

Bien cordialement.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suiv

---

CSAPA 86

8 rue Carol Heitz
86000 POITIERS

Tél : 05 49 88 67 31
Site web : ch-laborit.fr/csapa86/
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h30. Fermé le mardi matin au public
Accueil du public : Avec ou sans rendez-vous du lundi au vendredi de 9h à 17h30. Fermé au public le mardi matin
Autre : Sur rendez-vous : consultations à domicile ou consultations de proximité dans des locaux mis à disposition ponctuellement par les partenaires sur l'ensemble du département. Souplesse des horaires et des lieux de rendez-vous. Fermé au public le mardi matin
Consultat° jeunes consommateurs : Possibilité de consultation jeunes consommateurs pour le jeune ou son entourage dans différentes villes du département sur rendez-vous

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Fiche sur la cocaïne
- Arreter, comment faire?