Vos questions / nos réponses

Je pense être addict à la cocaïne, et cela détruit mon couple

Par Gttooop Postée le 23/01/2025 22:11

> Bonjour ,Je consomme de la cocaïne, un demi deux fois par semaine avec des amis ou parfois seul J' aime beaucoup la sensation que ça me fait je prends du plaisir à la prendre mais je regrette parfois seulement . Je trouve que ça accentuer ma colère . Je me dispute souvent avec Mon Homme je l'insulte j'en vien même au mains, fait des crises de colère à hurler à avoir mon cœur qui palpite à le bousculer à lui parler comme de la merde et après je culpabilise à fond, et le pire dans tout ça c'est que je lui dis pas souvent quand j'en prends, je lui fais croire que je ne suis pas du tout addict et que tout se passe bien alors que je le suis car quand ça fait une semaine que je n'ai pas consommé, je commence à y penser, et des fois quand je consomme pas alors que j'en ai envie, je peux soudainement m'énerver je songe à arrêter, car je n'ai plus envie d'être là-dedans Je fais des études, j'ai ma maison et du travail et je compte pas du tout arrêter je m'isole jamais c'est pour ça que quand j'y pense j'ai vraiment la volonté d'arrêter mais c'est compliqué je me dis toujours la dernière et je ne peux m'empêcher d'envoyer un message à Mon dealer, je l'ai même une fois supprimé, j'ai réussi à le recontacter. Par contre je consomme jamais plus de 1/2 à deux ou trois ou parfois seul, mais je ne finit jamais le demi ou rarement mais comme je n'arrive pas à dormir depuis quelques temps, j'associe la cocaïne avec du Xanax, Benzo, Pour réussi à trouver le sommeil et le lendemain je me lève nickel comme si je n'avais pas bu ni consommer la veille ça c'est bizarre. Aucune sensation de gueule de bois. Qu'en pensez-vous ? Comment puis-je arrêter qui peut m'aider j'ai vraiment la volonté ? Est-ce normal aussi que j'ai pris beaucoup de poids en consommant 15 kg depuis un an merci de votre réponse

---

Mise en ligne le 24/01/2025

Bonjour,

Nous saluons le fait que vous veniez vers nous pour partager vos interrogations sur votre consommation de cocaïne et sur la possibilité d'une addiction.

Il existe plusieurs critères pour tenter de définir l'addiction. Parmi d'autres, on peut citer l'incapacité de s'abstenir de consommer lorsque l'on se trouve dans un contexte particulier ou lorsque l'on ressent certaines émotions, la "place que cela prend dans la tête" qui peut être importante même si les fréquences de consommations et les quantités ne sont pas quotidiennes.

Un des critères peut également être l'état de tension qui précède le moment de consommer (qui peut s'étendre sur quelques heures ou jours), et le soulagement intense que la personne ressent en début de consommation. Cela peut être couramment suivi d'un sentiment de culpabilité ou une mauvaise image de soi.

La cocaïne est un produit qui peut se montrer très addictif. Le produit a également la particularité d'entrainer des "craving", c'est à dire des envies impérieuses de consommer. C'est un phénomène qui se déclenche spontanément lors d'un stimulus qui rappelle la drogue au consommateur. Cela peut être par exemple un lieu, une odeur, une musique, des personnes en particulier, un numéro de téléphone...

Si les effets recherchés dans la cocaïne sont généralement une euphorie, un sentiment de puissance intellectuelle et physique, une exaltation de l'humeur (qui va de la joie à la colère intense) peut se manifester.

Nombres d'utilisateurs réguliers peuvent traverser des phases de descente, où c'est une fatigue intense, des difficultés de sommeil et des humeurs dépressives qui peuvent se manifester.

Nous vous joignons en bas de réponse notre fiche produit sur la cocaïne qui pourra vous fournir davantage d'information sur le produit, ses risques et effets indésirables et sur son mécanisme addictif.

Nous attirons votre attention, en terme de réduction des risque, sur l'interaction cocaïne et benzo. En effet, l'association de ces 2 produits peut entrainer un risque important de surdose car les 2 produits "s'atténuent l'un l'autre". Ce qui peut amener à consommer en quantité trop importante pour ressentir les effets, un risque de dépression respiratoire existe.

Sur la question de la prise de poids il nous est difficile de vous éclairer. En effet, si le produit est plutôt reconnu comme étant un coupe-faim, certains consommateurs peuvent compenser ensuite dans la nourriture. La prise de poids peut également dépendre de l'état de santé et du mode de vie de chacun.

Nous valorisons le fait que vous cherchiez à vous renseigner sur les relais possibles pour une aide à l'arrêt, notamment si vous sentez que la maitrise de vos consommations se manifeste.

Il vous est possible de vous tourner vers des lieux nommés Centres de Soin d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Les consultations individuelles sont proposées dans un cadre confidentiel et gratuit. L'équipe des CSAPA est généralement composée de médecin addictologue, psychologue, infirmier... Ils connaissent bien le mécanisme d'addiction à la cocaïne, la difficulté de s'en défaire et les conséquences courantes pour le consommateur et son entourage.

Si cette piste vous parait adaptée, vous trouverez en bas de réponse des coordonnées de CSAPA dans le périmètre géographique que vous nous avez indiqué.

Si vous souhaitez du soutient ponctuel ou échanger davantage sur votre situation, vous pouvez 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 vos objectifs.

Bien cordialement.

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

---

CSAPA - Association Addictions France 30

60 rue André Segfried
30000 NIMES

Tél : 04 66 29 25 13
Site web : addictions-france.org/
Secrétariat : Lundi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 20h - mardi de 8h30 à 12h30 et de 13h à 17h - mercredi de 8h30 à 13h - jeudi de 8h30 à 12h30 et de 13h à 17h30
Accueil du public : Lundi de 9h30 à 12h30 et de 13h00 à 20h - mardi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h - mercredi de 8h30 à 13h - jeudi de 8h30 à 12h30 et de 13h00 à 17h30 - vendredi 9h à 12h30 (uniquement sur rdv)

Voir la fiche détaillée

CSAPA l'Envol

15 rue Paul Pain Levé
30000 NIMES

Tél : 04 66 68 55 00
Site web : urlr.me/dqjgCK
Secrétariat : Du lundi au vendredi 8h30 à 12h30 et de 13h 30 à 17h
Accueil du public : Du lundi au vendredi 8h30 à 17h

Voir la fiche détaillée

CSAPA LOGOS - APSA30

8, rue Tédenat
30900 NIMES

Tél : 04 66 21 07 89
Site web : ekko-asso.fr/csapa-logos-nimes/
Secrétariat : Lundi et mardi de 9h à 12h30 et de 14h30 à 17h30 - Mercredi de 14h30 à 17h30 - Jeudi de 9h à 12h30 et de 14h30 à 17h30 - vendredi de 9h à 12h30
Accueil du public : Lundi et mardi de 9h à 12h30 et de 14h30 à 17h30 - Mercredi de 14h30 à 17h30 - Jeudi de 9h à 12h30 et de 14h30 à 17h30 - vendredi de 9h à 12h30
Consultat° jeunes consommateurs : Lundi et mardi de 9h à 12h30 et de 14h30 à 17h30 - Mercredi de 14h30 à 17h30 - Jeudi de 9h à 12h30 et de 14h30 à 17h30 - vendredi de 9h à 12h30
Substitution : Lundi et mardi de 9h à 12h30 et de 14h30 à 17h30 - Mercredi de 14h30 à 17h30 - Jeudi de 9h à 12h30 et de 14h30 à 17h30 - vendredi de 9h à 12h30

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Fiche sur la cocaïne