

Forums pour les consommateurs

## Je vois ma chute a.la C depuis 6 mois, consciente mais n'agit pas

Par Linaa Posté le 18/03/2025 à 18h00

Bonjour ,

Je prend le courage d'ecrire , je lis vos différentes expériences de vie depuis quelques temps ce qui m'apaise par moment .

Consommatrice depuis 6 mois et plus j'avance et plus je consomme,

Au départ c'était en mode festif et au final je suis rendu compte que ça coupait mes emotions, au bout d'un mois de consommation régulière j'ai de suite pris rendez-vous au caspa, malgré le suivi je continue, je ne comprends pas parce que je me vois dégringoler au final à me rendre compte tous les aspects négatifs, et très peu de côté positif à faire des crises d'angoisse à ne plus me reconnaître, mais je n'agis pas.

Est-ce qu'il y a des gens dans mon cas je sais que le sevrage n'est pas simple mais bon de la a ne pas essayer du tout .

Merci d'avance pour vos réponses et si je peux partager ou échanger c'était avec grand plaisir

### 8 réponses

---

Chateaubrume - 21/03/2025 à 22h35

Bonsoir, Je suis dans le même cas que toi... moi ça fait presque 5 ans que je consomme mais 3 ans ou c'est très très très régulier... je suis aussi consciente de tout les problèmes que ca m'a cause... surrendettement, plus de vie social, problème au travail mais je continu quand même... l'addition est plus forte... quand j'ai fini ma conso je me dis j'arrête c'était la dernière... mais non je recommence... en plus j'ai une grosse perforation de la cloison nasale, cela ne me procure plus d'effet festif, je consomme seule et j'angoisse après... aucun plaisir... mais je recommence...

Alors je te comprend totalement...

Si tu veux qu'on discute entre nous pour essayer de se soutenir et d'arrêter ensemble fait moi signe...

Courage

Linaa - 27/03/2025 à 02h08

Bonsoir , je n'avais pas vu ton message , avec plaisir de pouvoir échanger et se soutenir dans cette épreuve qui nous échappe

Tout est dit l'addiction est plus forte dans notre cerveau , car quand je te lis je me reconnais totalement, on est consciente mais on fait rien .

Comment peut on échanger en privée ?  
Courage a toi également

ezechie113 - 01/04/2025 à 21h47

Hey salut

Laguerta3003 - 02/04/2025 à 15h21

Bonjour,  
Comment peut on en discuter en privée je suis dans le même cas que vous j'ai pris rdv avec la CSAPA mais je dois attendre le 26 mai.... Je souhaiterais pouvoir échanger avec des personnes dans le même cas que moi....

Moderateur - 02/04/2025 à 15h39

Bonjour Laguerta3003,

Ces forums sont anonymes et je ne peux pas laisser passer votre adresse email. En principe c'est ici que vous pouvez discuter avec des personnes dans le même cas que vous.

Notre ligne téléphonique est aussi à votre disposition au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) pour pouvoir parler à un écoutant.

Cordialement,

le modérateur.

GuiDuBled - 02/04/2025 à 18h54

Bonjour.

Je suis dans un cas un peu similaire. Les drogues c'était juste une fois de temps en temps pour faire la fête. J'ai passer 20 années d'alcoolisme tout de même. Qui elle n'avait plus rien de festif à la fin au milieu ou je ne sais plus quand. J'ai réussi à me sevrer en même temps que le bedo qui lui m'a accompagné 30 ans. Me voilà sorti de mes addiction. J'en étais fière. Pour moi et mes proches qui on subit.

Mais voilà il y a 3 mois environ l'envie de prendre qqch est revenu. Pas d'alcool ça c'est sûr mais un petit bedo pquoi pas. Du bedo j'ai repris un peu de cocaine comme ça parce que mon dealer en vendait de la bonne... et me voilà reparti. Très vite. J'ai pris du speed.. md.. et pourquoi pas prendre plus de cocaine. C'est vrai ça me procure une force qui me plaît bien. Voilà 3 moi après je snif 3 g par jrs.

Je n'en parle à personne. Je n'ai plus d'argent. Je suis mal. Voilà juste pour ça renifler.

L'addiction c'est MA maladie. Mais celle là elle fait mal.

Prend soin de toi

Laguerta3003 - 03/04/2025 à 09h03

Cette addiction est vraiment horrible, j'ai mal au nez en permanence, mes finances ne vont pas bien du tout j'ai 3 enfants dont une petite fille de 6 mois, j'en prenais en soirée avant ma grossesse, puis après l'accouchement j'en ai repris et de plus en plus pour maintenant être à peu près à 1g par jour, je ne dors plus, je ne mange presque plus, j'ai des carences à n'en plus finir, mais quand j'en prends je me sens bien... j'en ai parlé à mon conjoint qui va essayer de m'aider à ralentir pour enfin arrêter mais je le vois compliqué, j'ai pris rdv chez le médecin traitant, au CSAPA (rdv que le 26 mai avec une infirmière qui prendra la décision de m'envoyer chez l'addictologue) et pris rdv pour un suivi psy (dans le cadre de mon parcours psy, 12 séances pris en charge par la CPAM). J'avais regardé pour une cure mais malheureusement justifier mon absence auprès de mes beaux parents est compliqué si ils apprennent ce qui se passe ils me feront retirer ma fille.... C'est vraiment horrible comme situation

Profil supprimé - 14/10/2025 à 18h16

Le gros problème avec ce produit c'est que ça bousille les réserves de dopamine ( le bonheur ) et de sérotonine ( l'humeur )

Ça agit aussi sur d'autres parti du cerveau comme la prise de décisions raisonnées

Alors faite le calcul

Plus de bonheur et une humeur proche du suicide

On a vite fait le choix de reconsommer pour palier à ce manque

De plus les réserves de dopamine et de sérotonine vont mettre énormément de temps à se reconstitué toute seules, des mois peut être

Seul le produit permettra de se " sentir mieux " pour ensuite encore plus nous tuer.

Voilà la boucle est bouclé

Pour casser ce cercle seul le temps sans prise de cette merde le permet. Le temps de régulariser ce que la drogue c'est bien approprié

Et du coup supporter les cravings quasi insurmontable eux aussi créé par le manque de prise de décision rationele,( nous convaincant que c'est la meilleur des solutions, bien évidemment que non on le sait tous mais sans pouvoir se raisonner normalement ) devient quasi impossible à réalisé

Je pense donc que cette drogue a des effets bien physique car elle agit sur la chimie de notre cerveaux. Ce n'est pas juste mentale

D'où une volonté d'acier pour s'en sortir.

Mais c'est faisable une fois que l'on a compris ses mécaniques qui rendrais envieux le diable lui même.