© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Comment faire passer l’état de manque

Par Rdlatatpa77 Postée le 23/05/2025 15:18

Je n’arrive pas depuis hier à faire passer cet état de manque et je ne dors plus. Comment faire ?

Mise en ligne le 26/05/2025

Bonjour,

Nous sommes sensibles à votre souffrance face à cet état de manque qui vous empêche de dormir.

Nous ignorons quelle est la substance qui provoque cet état, il nous est par conséquent difficile de vous répondre de manière adaptée à votre question.

Nous vous invitons à nous recontacter par le biais de cet espace de questions réponses en nous faisant part de plus d'éléments à propos de votre situation. Si vous le souhaitez, vous pouvez aussi nous joindre par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit), tous les jours de 8h à 2 h du matin ou par chat depuis notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le weekend.

Nos écoutants seront disponibles pour de l'information, de l'écoute et du soutien.

Sachez aussi que vous pouvez vous faire aider près de chez vous dans cette période difficile. Nous vous glissons à cet effet une adresse de CSAPA (Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Dans ces centres, vous pourrez être reçu en consultation de manière confidentielle et gratuite. Toute une équipe pluridisciplinaire spécialisée en addictologie (médecins, psychologues, infirmiers...) vous accueillera pour du soutien de l'écoute, des informations. Vous pourrez être accompagné dans la mise en oeuvre de vos objectifs en rapport avec votre consommation, son arrêt ou sa réduction. L'accueil se fait sur rendez-vous.

N'hésitez pas à prendre contact pour des informations et/ou un rendez-vous.

Vous pouvez également consulter votre médecin traitant qui pourra vous conseiller et vous aider dans cette période délicate.

Avec tous nos encouragements dans vos démarches,

Bien cordialement,

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

---

ALIA 49 - Csapa Angers

8 rue de Landemaure
49000 ANGERS

Tél : 02 41 47 47 37
Site web : www.alia49.fr
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous des jeunes de moins de 25 ans avec ou sans entourage : lundi au jeudi - Permanence sans rendez-vous tous les vendredis de 14h à 16h.
Substitution : Centre de délivrance de traitement de substitution aux opiacés : Ligne direct : 02 41 57 59 25 : Lundi, Mercredi, Jeudi et Vendredi : 9h-12h30. Mardi: 13h-16h.
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à12h30 et de 14h à 17h - Mardi de 13h à 17h - Des rendez-vous peuvent vous être proposés en dehors de ces horaires.

Voir la fiche détaillée