© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

Première prise de crack déception

Par Pinkalbatoria Posté le 31/05/2025 à 21h52

Bonjour,

Je suis habitiuellement consommateur de cocaine en sniff, je me suis récemment retrouvé dans une situation dans laquelle j'ai pu prendre du crack, en compagnie de potes.
Résultat : j'ai à peine sentie plus d'effet qu'en prise en sniff, est ce normal ?

J'ai soufflé la fumée lors de pa première taffe, peut être est ce pour ça.
Tout ça pour dire que cela ne m'a pas donnné envie de continuer.

Mais pourquoi alors tous les consommateurs ont ils du mal à s'en sortir ?

Merci d'avance pour vos réponses,

Amicalement,

Pink.

3 réponses

Bonhomme - 02/06/2025 à 08h32

Bonjour Pink,

Tout d'abord, te dire que tu as eu de la chance de ne pas avoir senti plus d'effet que ca avec le crack, ce sera d'autnat plus facile pour toi de ne pas y retoucher.

Le crack, c'est la porte grande ouverte vers l'enfer.

Si les consommateurs on du mal a se sortir de la coke, c'est parce que cette drogue ultra puissance agit sur les niveaux de serotonine, court-circuitant le systeme de recompense du cerveau.

Ton cerveau tout a coup n'a plus besoin de stimuli naturels pour que le processus d'elevation du niveau de serotonine fonctionne et il s'habitue presque immediatement a cette nouvelle situation.

Au debut, lors des premieres prises tu sens donc une augmentation du sentiment de puissance, d'allegresse. de bien etre, mais tres rapidement s'installe l'accoutumance et tu commence a avoir besoin de plus de dosage

pour obtenir des effets qui se rapprochent de la premiere prise (sans jamais pouvoir y parvenir)

A la fin, ton niveau de serotonine "au repos" devient ridiculement faible car le cerveau n'en produit presque plus naturellement (il a besoin de la dose pour pouvoir y parvenir)

Tu te retrouves donc dans une situation ou tu dois prendre de la coke non pas pour te sentir incroyablement bien, nmais juste pour te sentir normal.

C'est extremement dur d'arreter car le cerveau se rappelera toujours du mechanisme "sniff-serotonine" et cela provoquera une maladie mentale chronique (a vie) durant laquelle le cerveau essayera par tout les moyens de t'inciter a reconsommer en tentant notamment de court-circuiter le cortex prefrontal (celui qui abrite le raisonnment et la prise de decisions)

Si le cortex prefrontal est court-circuite, il n'y a plus de garde fou entre la partie emotionnelle et la partie action du cerveau => tu ressens un besoin -> tu consommes direct.

C'est le cycle infernal, il n'y a plus de regulation, la consommation explose, avec toutes les consequences : isolement social, perte de travail, sante en declin, perte de tes proches.

La therapie pour arreter t'aide a reconstruir le chainon manquant et a reprendre le controle, pour que tu puisses resister a nouveau.
Au debut c'est tres difficile, mais avec le temps, les effets se dissipent (c'est beaucoup moins dur) meme si tu dois rester vigilant toujours (la rechute est tres facile)

Si tu es toi meme consommateur regulier mais que tu n'es pas dans le cycle infernal je ne peux que te conseiller d'arreter immediatement. (mais pas en te disant "je gere si c'est qu'une fois de temps en temps", c'est illusoire et tu finiras par perdre le controle
)
SI tu vois que tu n'y arrives pas, fais toi aider. C'est ce que j'ai fait il y a de cela un an et demi apres 20 ans de consommation et je n'aurais jamais reussi tout seul.

Voila, j'espere que ca repond a tes doutes, je te souhaite une bonne journee

Pinkalbatoria - 02/06/2025 à 12h13

Merci Bonhomme pour t'a réponse qui m'a bien éclairci.
Bien content de ne pas être tombé la dedans même si j'ai toujours mon combat contre la cocaïne en sniff à mener.
Bonne journée à toi aussi.

ced2525 - 25/09/2025 à 00h37

Bonjour j ai été comme toi deux trois fois de prise de crack et aucun effet par rapport au snif mais c est très dur d arrêter cette…