

Vos questions / nos réponses

## cocaine parano

Par [louna28](#) Postée le 09/06/2025 04:31

bonjour, jai 19 ans, je suis un peu inquiète.. avant je prenais de la c avec mes amis quand on buvait j'avais du fun et ca augmentait mon énergie et tout mais depuis 1 an environ je consomme plus régulièrement (3-4x par semaine) mais je n'arrive plus à en prendre avec des gens (meme mes amis), j'en fait seulement lorsque je suis seul dans ma chambre, ca ne me fait plus du tout le meme effet qu'avant mais tout le contraire, les gens me stress, je paranoi (j'entend des bruits), je tremble beaucoup et je stress beaucoup mon coeur bat vite. Quand j'ai pris de la cocaine j'arrive pratiquement pas a sortir de chez moi, j'ai l'impression que tout les regards sont posés sur moi et qu'ils savent je me met donc a transpirer vraiment excessivement. Mon autre problème est que je n'arrive pas à parler je ne comprend pas pourquoi... Malgré tout ca, je continu et je vais jamais me coucher sans avoir terminé mon "bag". Besoin de réponse svp, suis je la seule? Lorsque j'en fait seule dans ma chambre je suis sur mon ordi toute la nuit et je paranoi par crainte que mes parents se réveillent et voient que je ne dors pas et rentrent dans ma chambre!!!

---

**Mise en ligne le 16/06/2025**

Bonjour,

*Nous tenons tout d'abord à nous excusez pour le délai de réponse.*

Nous comprenons tout à fait votre difficulté et vos inquiétudes par rapport à la situation plus que désagréable que vous vivez.

Nous allons tenter de vous répondre au mieux et de vous guider en tant qu'écoutant. Vous avez également la possibilité de poster votre message sur nos forums pour interagir avec d'autres personnes qui se trouvent dans la même situation. Nous vous joignons le lien vers nos forums en fin de réponse.

Les symptômes que vous décrivez sont fréquents lors d'une consommation régulière de cocaïne. Il arrive souvent en effet que les personnes se sentent observées, stressées, ont le sentiment d'être persécuté. Ces symptômes disparaissent généralement complètement après l'arrêt de la consommation. Mais tant qu'ils sont là, on peut effectivement avoir tendance à rester chez soi et s'isoler. Nous comprenons bien que cela soit pesant pour vous.

Nous imaginons que cela n'a pas été facile de nous écrire pour vous confier mais cela est déjà une première étape pour trouver des solutions. Le fait de ne pas rester seul facilite beaucoup la démarche et le changement.

Nous avons constaté que vous nous écriviez depuis le Canada. Afin d'obtenir une aide plus localisée que la notre, située en France, nous vous proposons également de solliciter le service équivalent au notre au Canada. Nous vous joignons leurs coordonnées en fin de réponse.

Nous espérons avoir pu vous aider et vous souhaitons une bonne fin de journée,

Bien cordialement,

---

**En savoir plus :**

- [Forums Drogues info service](#)
- [Aide Drogue Canada](#)