© Drogues Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

Effets

Par Profil supprimé Postée le 13/06/2025 19:38

> Bonsoir Est ce que prendre un ou deux traits de cocaine est dangereux ? Peut on devenir accro avec ce type de prise les weeks ends ? Est ce que faire ça depuis 2021 change t il le mental ? Merci de vos réponses .

Mise en ligne le 17/06/2025

Bonjour,

Il est positif que vous vous tourniez vers un service d'aide à distance pour interroger votre pratique de consommation.

Chaque consommation de cocaïne expose à des risques pour la santé qu'il s'agisse d'une première fois, d'une consommation occasionnelle ou régulière.

De manière générale les risques sont les suivants :

Tolérance rapide et craving important qui favorisent la dépendance.

Hypertension, tachycardie, douleurs thoraciques, complications cardiovasculaires, troubles cognitifs et psychiatriques, surdose…

L'usage de cocaïne, même occasionnel, peut provoquer des risques d'infarctus ou d'AVC pouvant amener au décès.

Le mélange cocaïne-alcool est à éviter car il est très toxique pour le foie et il augmente les risques d'overdose, d'infarctus et de mort subite.

Pour plus de précisions, nous vous invitons à parcourir notre fiche produit « cocaïne » que vous trouverez en bas de réponse.

Une consommation hebdomadaire depuis plusieurs années doit attirer l'attention.

La cocaïne est un stimulant qui agit sur les neurotransmetteurs de dopamine et de sérotonine. Lors de la consommation, son action va libérer ces stocks de neurotransmetteurs favorisant un sentiment de plaisir et de bonne humeur.

Puis arrive la phase de descente correspondant aux heures et jours qui suivent la prise.

L'organisme et le cerveau sont assez éprouvés par la stimulation artificielle. L'humeur peut se dégrader et des sensations de mal-être et d'épuisement peuvent apparaitre avec une difficulté à trouver le repos. Cette étape correspond souvent au début de semaine où l'usager va avoir besoin de récupérer. En milieu de semaine l'organisme se rétablit peu à peu et arrive de nouveau le week-end où la consommation se répète.

Ces rythmes passent souvent inaperçus, car l'usager ne ressent pas de manque dans la semaine, pour autant il peut s'exposer potentiellement à un risque d'addiction.

Par ailleurs, la régularité n'est pas le seul élément qui induit le phénomène de dépendance. Il importe de prendre en compte tout ce qui sous-tend la consommation et de réfléchir aux éléments suivants : quelle est la fonction du produit, quels sont les effets recherchés, est-ce qu'il est possible de choisir de s'abstenir, est-ce que la consommation a des répercussions négatives sur la santé physique, mentale, l'équilibre vie professionnelle/vie privée, les relations, etc.

Il serait intéressant que vous puissiez réfléchir à toutes ces aspects pour mieux comprendre votre fonctionnement dans votre rapport à la cocaïne.

Vous nous demandez si consommer depuis 4 ans à ce rythme, peut avoir une incidence sur le mental. Nous ne pouvons que vous retourner la question car vous seule et/ou votre entourage pouvez y répondre.

Est-ce que vous constatez des changements d'humeur, l'apparition de symptômes anxieux, d'irritabilité, de mal-être, etc. ?

Sachez que vous pouvez faire le point avec un professionnel formé aux addictions dans un Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Médecin addictologue, psychologue, infirmier accueillent toute personne désireuse d'évaluer ses habitudes de consommation. Vous pourrez être informée, conseillée et éventuellement accompagnée dans un souhait de gestion, de réduction, d'arrêt ou de consolidation du sevrage.

Si cette alternative vous intéresse, nous vous joignons en bas de page un lien vers notre rubrique « adresses utiles » pour trouver les coordonnées d'un CSAPA près de chez vous. Il vous suffira d'y renseigner la ville et de sélectionner « sevrage ambulatoire » ou « soutien individuel usager/entourage » ou encore "consultation médicale".

En attendant, si vous ressentez le besoin d'échanger autour de votre situation, vous pouvez joindre nos écoutants par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) 7j/7 de 8h à 2h. Également par chat via notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Bien à vous

En savoir plus :

- Fiche sur la cocaïne
- Adresses utiles du site Drogues info service