

Forums pour les consommateurs

## Cocaïne et sommeil

Par Marie200504 Posté le 01/07/2025 à 00h34

Bonsoir à tous

Pensez vous que la cocaïne peut créer une dépendance aux nuits blanches ?

Je sais que la prise est justement aussi fait pour ça mais justement j'aime tellement être productive la nuit que j'en deviens accro, en journée c'est moins appréciable

Mais du coup la fatigue accumulée ça devient ingérable

Déjà savait vous pourquoi ça me fait ça ? Et comment le gérer car du coup l'addiction a la nuit maide pas du tout à l'arrêt du produit comme je le veux vraiment. Me dites pas il faut tout arrêter d'un coup j'attends d'avoir vu le psychiatre d'ici 15 jours là je veux réduire et surveiller ma conso. Et faire un programme Perso avec le psy je serai accompagné seule impossible. Et j'attends encore un rdv csapa

Merci pour ceux qui peuvent m'aider

Depuis j'ai diminué la dose prise par 2 et je note les heures chaque jours pour voir si je n'en prend pas plus ou si c'est déjà un petit pas

Bonne nuit à vous

### 3 réponses

---

Hupsa - 01/07/2025 à 18h19

Bonjour Marie.

Perso je ne pense pas que ça créer une dépendance aux nuit blanche. Je vois plutôt une plongée inévitable vers l'isolement avec la coke.

Moi aussi je suis du genre à m'enfermer et à consommer toute la nuit en solo.

En journée c'est moins appréciable car il y a les autres. Ceux qui consomment et ceux qui ne consomment pas.

C'est parfois désagréable mais la nuit: pas besoin de tenir des discussions, pas besoin de faire semblant. Et puis tu te sens en sécurité à la maison.

Je pense que ça te fait ça car non seulement tu tombe dans l'addiction du produit avec des défenses difficiles à exposer socialement et du coup ça te plonge dans l'isolement. Ça t'oblige à vivre la nuit.

Après je suis pas expert. Vois ça plutôt comme une idée après interprétation de ton message.

Il y a beaucoup de raisons à l'isolement. C'est un sujet qu'il faudra parler avec le psychiatre.

Que pense tu de cette interprétation ?

Marie200504 - 03/07/2025 à 23h22

Je ne vois que peu de personne je suis agoraphobe je l'étais déjà avant l'addiction  
Mais oui les nuits au calme sont plaisantes un fond de musique quelques recherches ou discussions sur le net.  
Des idées à faire pour le lendemain. Le cerveau qui arrive à se concentrer que sur ce que moi je souhaite  
Mais le problème du sommeil après quand on arrive plus à dormir qu'on devient accro à cette indépendance  
c'est compliqué à gérer

Phoenix83 - 04/07/2025 à 00h11

Pareil je ne pense pas que la consommation provoque des insomnies chronique.  
Comme vos témoignages, je consomme seule et la nuit....évidemment je ne dors pas ne mange pas....et  
accompagne ma consommation de pas d'alcool! En dehors de ma conso, je dors très bien.