

Vos questions / nos réponses

## Arrêter la cocaïne sans structure spécialisée.

Par [Saddy](#) Postée le 01/10/2025 00:14

Bonjour, J'ai 58 ans, et si dans ma vie j'ai parfois consommé de la coke, ça n'a jamais été régulièrement... Sauf depuis deux maintenant. Dans ma ville, on dispose d'un hôpital consacré presqu'exclusivement aux soins psychiatriques dont l'un d'entre eux accueille les personnes souffrant d'addictions aux drogues et à l'alcool. Si j'ai fait des séjours dans un service psychiatrique "classique" dans le cadre d'une prise en charge de ma dépression aussi chronique que sévère, j'ai essayé de profiter de ces moments où par définition je ne pouvais pas consommer de coke pour m'en éloigner et redevenir capable, même après avoir quitté l'hôpital, de ne pas rechuter. Vous l'aurez compris, ça n'a pas vraiment marché. Alors il reste le pavillon "addictologie" de cet hôpital mais je refuse à m'y faire admettre. La raison de mon refus est simple : l'on m'a expliqué en détails comment fonctionne la structure, comment se déroulent les soins, l'accompagnement quotidien des "pensionnaires" et plus généralement ce que l'on vit durant le séjour. Les détails de ces séjours en service addictif m'ont été rapportés par des personnes ayant séjourné dans ce service particulier. Je ne vais pas ici dresser la liste de tout ce qui me conduit à rejeter l'idée d'un prise en charge dans ce pavillon d'addictologie et me limiterai à évoquer points essentiels D'abord, la totale inefficacité de la prise en charge où tous ceux que je connais ont rechuté. Ensuite, le sentiment que les soins prodigués n'apportent rien : On vit à moitié enfermé, gavé de produits qui font somnoler presque en permanence, et le protocole de soins, avec les consultations psychiatre, psychologues, les groupes de paroles, les activités ennuyeuses ( yoga, art thérapie,...), ne sont en fait daucune utilité. C'est même pire : les toxicos discutent entre eux de leurs addictions et d'une certaine manière, s'encouragent mutuellement à "rêver" du produit... Bref. Tout ça pour dire que je cherche une alternative à ce type de soins... Merci par avance.

---

**Mise en ligne le 03/10/2025**

Bonjour,

Vous nous expliquez bien votre situation, ainsi que les écueils qui vous freinent pour une prise en charge dans le pavillon d'addictologie.

Il vous est tout à fait possible de passer par une autre piste qui serait un accompagnement individuel. Il existe des structures ambulatoires (sans hospitalisation) qui proposent des consultations individuelles, confidentielles et non payantes (prises en charge par la Sécurité Sociale). Ces lieux sont des Centres de Soin d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). L'équipe est généralement composée de médecin addictologue, psychologue et infirmier... L'approche est donc différente de ce que

vous décrivez et craignez. Les consultations sont proposées plusieurs fois par mois avec l'idée de modifier les consommations et un soutien vis à vis du mal-être.

Ne sachant pas dans quel secteur géographique vous êtes nous ne pouvons vous proposer de coordonnées précises. De fait nous vous joignons en bas de réponse un lien "adresse utiles" si vous souhaitez effectuer une recherche de CSAPA près de chez vous.

Nous comprenons vos réserves vis à vis d'un accompagnement collectif, nous souhaitons que cette proposition d'accompagnement ambulatoire et individuel pourra vous aider. Une aide extérieure peut à notre sens maximiser vos chances de modifier vos consommations.

Si vous souhaitez échanger davantage sur votre situation, vous pouvez contacter un de nos écoutants. Nous sommes accessibles 7J/7j, par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) de 8H à 2H du matin ou par le Chat de notre site Drogues Info Service du lundi au vendredi de 14H à minuit et le samedi et le dimanche de 14H à 20H.

Bien cordialement.

---

#### En savoir plus :

- [Adresses utiles du site Drogues info service](#)
- [Arreter, comment faire?](#)