© Drogues Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

J’ai une Addiction à la cocaine ?

Par Profil supprimé Postée le 02/10/2025 01:39

> Bonjour/ bonsoir Ça va être rapide c’est à dire que j’ai passer plus de 1h à écrire un texte ou je parler de ma fréquence de prise des conditions dans lesquelles je prenais avant et maintenant.. Je racontais aussi des trucs qui me reste dans la tête et qui certainement m’encourage à en prendre mais également plusieurs raisons qui m’encourage à une potentielle addiction. Mais le message ne s’est pas enregistré à la fin. Pour faire rapide, j’en ai pris cet été avec mon meilleur pote qui lui est reparti en mission militaire, j’avais prévu depuis en prendre problème, on a proposé à une soirée, j’en ai pris au final, je gardais l’habitude d’en prendre à quelques soirées sauf que maintenant par exemple dans la nuit de jeudi à vendredi Soir et j’en est pris le lundi soir, il m’en restait, je l’ai fini mais là nous sommes mercredi ma journée n’allait pas du tout que ce soit au travail avec les amis ou la copine je n’ai pas réfléchi et je suis allé voir mon petit épicier des ruelles sombres pour me prendre 1 g Je me rends compte qu’au début c’était festif avec mon copain au final lui qui est parti et continue de son côté avec ses collègues, il reste dans la festivité moi et dans le sol de mon entourage à en prendre lundi soir comme aujourd’hui au moment de ce message mercredi soir, je prends bizarrement du plaisir à en prendre pour je pense en partie, ne pas dormir déjà de base, je n’aimais pas me coucher des heures normal Au fait, j’ai 20 ans tout ça a commencé après avoir fini la relation de presque six ans avec mon ex copine Bref, j’attends vos réponses sur ce petit texte n’hésitez pas si vous avez des questions! Merci de m’avoir lu jusque-là!

Mise en ligne le 06/10/2025

Bonjour,

Pour tenter de vous amener des éléments de réponse sur le titre de votre texte, l’une des définitions de l’addiction est la difficulté de s’empêcher de consommer lorsque l’on est confronté à un contexte particulier ou une émotion particulière.

Vous identifiez un changement dans votre consommation, il nous semble positif que vous vous interrogiez sur cela. D’une consommation considérée comme festive, vous observez une évolution vers une consommation plus régulière et qui vient répondre à une situation particulière, comme dans le cas où cette consommation est une réponse pour vous à une journée où ça n’allait pas du tout. C’est le sentiment de ne pas pouvoir faire autrement que consommer qui peut vous alerter sur une consommation devenant problématique pour vous.

Nous vous proposons en bas de ce message, un court article de notre site internet intitulé « Ma consommation est-elle un problème ? » qui pourrait vous aider à y voir plus clair sur votre consommation.

Nous ajoutons également un lien vers notre fiche produit sur la cocaïne, le chapitre sur la dépendance pourrait vous apporter des informations supplémentaires.

Il existe des lieux qui proposent des Consultations Jeunes Consommateurs (CJC), c'est un espace dédié aux jeunes jusqu'à 25 ans permettant d'aborder le sujet des consommations avec un professionnel spécialisé en addictologie (infirmier, psychologue ou éducateur). Il ne s'agit pas dans un premier temps d'une prise en charge mais plutôt d'un rendez-vous individuel vous permettant de vous informer et de faire le point sur votre situation, votre rapport avec le produit, ou vos difficultés face à une consommation qui change, et éventuellement d'avoir une aide ou un soutien pour agir sur votre consommation si elle ne vous convient plus.

Nous vous proposons des coordonnées de CJC dans votre département si cela vous intéresse.

Si vous souhaitez échanger davantage sur votre situation, n'hésitez pas à joindre nos écoutants. Ils sont disponibles 7j/7 de 8h à 2h du matin par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ou par chat depuis notre site internet, de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le weekend.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suiv

---

Csapa Alençon - Consultations jeunes consommateurs

28 rue de Vicques
61100 ALENCON

Tél : 06 42 38 05 52
Site web : www.addictions-france.org
Consultat° jeunes consommateurs : Permanence le mardi de 9h à 13h sur rendez-vous - L'entourage peut être reçu seul ou avec le jeune consommateur.
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 10h-12h30 et de 13h30-17h00.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Ma consommation est-elle un problème?