

Forums pour les consommateurs

# Arrêt de la cocaïne

Par Luxasa2332 Posté le 25/11/2025 à 09h03

Je viens de faire un effort incroyable qui peut paraître anodin, mais j'ai effacé tous les numéros de téléphone, des dealers, de coke, que j'avais.

Maintenant pour arrêter ça ne suffit pas, il faut aussi changer son mode de vie, ses habitudes, retrouver des activités mais c'est forcément ça le plus difficile étant donné la dépression dans laquelle on se trouve après l'arrêt.

Difficile aussi de ne pas remplacer cette drogue par une autre.

Bon courage à tous ceux qui comme moi ont décidé de reprendre leur vie en main.

Maintenant, réunion avec les narcotiques anonymes tous les jours pendant environ 90 jours.

C'est une aide très importante !

Philippe

## 1 réponse

---

Anouchka7874 - 25/03/2026 à 09h28

Bonjour.

J'ai envie d'arrêter depuis un moment déjà. Mais là je suis vraiment décidée. Mon plus gros dilemme c'est que mon meilleur ami est aussi consommateur et que je n'imagine pas m'éloigner de lui. Nous avons déjà discuté ensemble du fait d'arrêter ensemble mais on rechute.

Je me sent dans une impasse. Du coup j'ai décidé de me faire aider.

J'espère vraiment que je vais m'en sortir.

En tout cas je te souhaite bon courage dans ton parcours.

Anne