

Vos questions / nos réponses

Arrêt drogue + Troubles psychologiques

Par [Hotah](#) Postée le 10/01/2026 00:22

Bonjour, J'ai arrêté les drogues dures il y a 4 mois et depuis mes troubles sont mille fois plus intense (borderline diag + anxiété diag + suspicion du TSA), est-ce que les 2 ont un lien ? Est-ce que c'est le fait qu'avec les drogues mes troubles étaient plus contenues mais qu'en réalité ils le sont comme je les ressens aujourd'hui ? Ou est-ce que c'est juste les effets de l'arrêt des drogues qui les rends plus intense et ça va se calmer avec le temps ? Ou est-ce que ça sera toujours comme ça ? Merci d'avance,

Mise en ligne le 21/01/2026

Bonjour,

Nous comprenons vos questions.

Il est vrai que la consommation de drogue et les troubles psychiques peuvent interagir, s'influencer mutuellement. Cela n'est pas étonnant car les drogues ont un effet sur le psychisme et le fonctionnement du cerveau. Elles peuvent augmenter les troubles et inversement la fragilité peut augmenter la perte de contrôle des consommations.

L'arrêt d'une consommation de drogue est également un moment de vulnérabilité pour la personne, car le corps et le cerveau doivent trouver un nouvel équilibre dans leur fonctionnement sans les drogues. Cela demande un peu de temps et peut générer de la fatigue et une fragilité accrue.

Cela d'autant plus que la consommation de drogue peut réduire la confrontation à la souffrance et inversement son arrêt peut confronter plus fortement aux troubles existants.

Il est possible que vos troubles s'amenuisent avec le temps mais il est important que vous ayez des soins concernant vos troubles borderline et anxieux afin d'éviter qu'ils ne s'aggravent. Les soins sont recommandés auprès d'un psychiatre et d'un psychologue.

Il pourrait être également adapté que vous trouviez un accompagnement concernant votre arrêt, même s'il date déjà de 4 mois. Car l'addiction installe une fragilité qui peut demeurer après l'arrêt. Et trouver un accompagnement et soutien médical et psychologique peut vous aider à maintenir votre arrêt et réduire vos troubles.

Il est possible de consulter gratuitement, individuellement et confidentiellement un médecin addictologue, un psychologue et un travailleur social dans un centre de soin en addictologie.

Vous pourrez trouver des adresses de centres proches de chez vous dans notre rubrique « adresses utiles » en sélectionnant le critère de soin « sevrage ambulatoire » ou « soutien individuel » après avoir entré votre ville. Nous vous adressons le lien vers cette rubrique ci-dessous.

Vous pouvez également faire un point plus précis, être aidé pour trouver des adresses ou trouver un soutien ponctuel auprès de nos écoutants qui sont joignables de 8h à 2h, 7j/7j au 0800 23 13 13. L'appel est anonyme et gratuit.

Nous répondons par tchat depuis notre site, de 14h à minuit en semaine et de 14h à 20h le week-end et les jours fériés.

Avec tous nos encouragements.

Bien à vous

En savoir plus :

- [Adresses utiles du site Drogues info service](#)