

Vos questions / nos réponses

23 ans addiction à la cocaïne besoin d'aide

Par [Blaze](#) Postée le 22/02/2026 03:33

Bonjour j'ai 23 ans. c'est avec beaucoup de tristesse et de désarroi que je demande de l'aide. Ça fait 1 an et demi que je traverse une traversé du désert, une sévère dépression. Pendant cette période en Avril 2025 j'ai essayé de la cocaïne avec des amis mais ça m'a pas rendu accro tout de suite, je n'ai pas recommencé depuis... En Février 2026 depuis 10 jours, je suis retombé dans la cocaïne... Ça commence avec 1g par soir puis 2g et ainsi de suite. Je consomme toujours tout seul et j'ai très peur pour mon avenir je me vois pas vivre une vie heureuse et très longue... Cette drogue me fait tellement du bien en tant que TDAH et hyperactif, elle me fait planer mais je sens que cette drogue me tue a petit feu...

Mise en ligne le 24/02/2026

Bonjour,

Nous avons retiré votre nom afin de garantir votre anonymat.

Nous entendons votre souffrance et désarroi. Et nous faisons le lien entre un état de dépression sévère que vous évoquez et des consommations de cocaïne qui augmentent rapidement depuis quelques semaines. Vous dites également souffrir de TDAH.

Ces troubles ont certainement une influence sur votre perte de contrôle des consommations de cocaïne.

Comme vous le savez sûrement, il est important de trouver un suivi psychologique et médical face à une dépression et un diagnostic de TDAH.

Il vous serait possible de trouver des consultations adaptées qui prendraient en compte vos consommations de cocaïne.

Il existe en effet des centres de soins en addictologie qui proposent des consultations individuelles, confidentielles et gratuites de médecin, de psychologue, d'éducateur spécialisé et d'assistante sociale.

Certains de ces centres proposent même un accueil spécifique pour les moins de 25 ans.

Nous vous mettons en lien notre rubrique « adresses utiles » où vous pouvez trouver des références de structures de soins. Il vous faut pour cela sélectionner l’item « sevrage ambulatoire » ou « soutien individuel » ou « consultation jeune consommateur » après avoir entré un département ou une ville.

Comme nous vous le proposons dans la réponse à votre question précédente, il serait aussi aidant pour vous de contacter directement nos écoutants par téléphone ou par tchat.

Vous pourrez trouver une écoute bienveillante, des conseils et des orientations pour des soins.

Avec tous nos encouragements

Bien cordialement

En savoir plus :

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