

Forums pour les consommateurs

## Besoin d'aide sérieuse

Par Louis29 Posté le 21/04/2026 à 00h33

Bonjour , je reviens vers vous pour prendre une bonne fois pour toute ma situation en main . Malgres mainte et mainte tentatives seul de m'en sortir . Je me fais enfin prendre conscience que malheureusement je n'y arrive pas . Tomber dans la cocaïne seul il y a 3 ans en pleine dépression ( je n'y avait jamais touché 1 fois avant ) , je ne connaissais pas le produit n'y les doses donc ai commencé la barre trop haute genre ma première trace devait frôlé le 0,5 g , seul dans ma chambre et sans alcool n'y rien . Petit à petit ça a pris le monopole de ma vie . Arrêter le boulot , isolement ect . J'ai trouvé la solution de partir à l'étranger . Là-bas nickel plus de conso du jour au lendemain. Ducoup je me dis que c'est du passé mais à peine je reviens en France rebelotte alors que pendant des période de parfois 8 mois je n'y pense même pas . Bref aujourd'hui je suis revenu en France il y a bientôt 2 semaine sur ces 2 semaine seulement 3 soir je n'ai pas consommé . Ma consommation est solitaire à niveau de 1 à 3 g . Je veux m'en sortir mais ne sait pas où commencer . En parler à ma mère ma famille ect ? Je n'ai jamais posé les mots avec ma famille ils font mine de rien malgres que évidemment ils sont au courant . Par honte ? Je ne sais pas , ou alors il attende que je fasse le premier pas . Bref aujourd'hui je suis marié on est rentré avec ma femme qui n'était au courant de rien et la réalité m'a rattrapé lui explique à été difficile car ce n'est pas du tout l'homme qu'elle a connu à l'étranger et est sous le choc et ne veut pas l'admettre . Je sais que je suis à un stade où si je ne prend pas les chose en main je risque de tout perdre ( elle est enceinte) . Auriez vous un planning d'étape à me conseiller ? En parler à certain proche pour prendre conscience que mon problème est réel et leurs montrer que je prends les choses en mains ( je suis issue d'une famille hyper ferme sur tout se qui est drogue alcool ) donc leurs choc est indescriptible