Vos questions / nos réponses

Conso speed

Par Roussie Postée le 12/04/2026 20:15

> Hello. J’ai un trouble d’anxiété sociale. Depuis quelques années (j’ai 46 ans, je dirais donc depuis six ans… Je ressens une affinité particulière avec les drogues dites excitante. La cocaïne coûtant beaucoup trop cher, Je me suis rabattue depuis peu sur le speed. Et je me rends compte que j’en consomme finalement 2/3 fois par semaine à hauteur de /23 traces à chaque fois. Combiné à de l’alcool (biere only) J’aime bien car cela me permet vraiment de passer des soirées agréables sans sentir mon trouble anxieux et sans ressentir non plus trop l’effet de l’alcool, je voulais juste savoir si ça vous paraît une consommation raisonnable ou déconnante. Merci

---

Mise en ligne le 21/04/2026

Bonjour,

Vous évoquez un trouble d’anxiété sociale de puis environ 6 ans et une prise de drogue stimulante et d’alcool qui a pour effet d’apaiser ces troubles.

Nous ne savons pas si vous avez eu un diagnostic de ces troubles d’anxiété et si vous avez des soins adaptés.

La consommation d’amphétamine a des effets secondaires et indésirables qui ne sont pas sans risque pour votre santé à court, moyen ou long terme. Leur consommation peut accroître vos troubles et les aggraver. Il en est de même pour l’alcool et d’autant plus pour une association alcool et amphétamines.

Nous vous proposons ci-dessous la rubrique « dico des drogues » de notre site. Vous y trouverez une fiche détaillée pour chaque produit et notamment pour les amphétamines. Ces fiches décrivent les risques et complications liées aux consommations ainsi que les conseils de réduction des risques en cas de consommation.

Les consommations répétées d’amphétamines peuvent avoir des conséquences importantes pour votre santé psychique, cardiaque, rénale. Elle induit de plus des risques de troubles psychiatriques, d’accident vasculaire cérébral. L’association avec l’alcool ajoute le risque d’une complication hépatique augmentant le risque de toxicité.

Même si vos consommations peuvent vous donner un sentiment d'apaisement sur le moment, elles aggravent votre fragilité. Pour cette raison, elles ne nous paraissent pas être une réponse adaptée à votre anxiété.

Dans le cas de troubles d'anxiété, il existe différents soins et mesures qui peuvent vous aider à réduire les troubles et votre souffrance.

Les soins dans le cadre d'une psychothérapie et d'un suivi avec un psychologue peuvent apporter une évaluation et une amélioration de votre état. Les traitements prescrits par un médecin spécialisé en psychiatrie peuvent également vous aider à réduire l'anxiété. Et des activités telles que le sport, des activités manuelles, la relaxation, la sophrologie peuvent vous aider à réduire votre anxiété également.

Sachez qu'il est possible de consulter un médecin spécialisé en addictologie, un psychologue et travailleur social au sein d'un centre de soin en addictologie. Les consultations y sont individuelles, confidentielles et gratuites.

Nous vous proposons des adresses ci-dessous.

Vous pouvez faire un point plus précis de votre situation ou trouver un soutien ponctuel directement auprès de nos écoutants. Nous sommes joignables par téléphone au 0800 23 13 13 de 8h à 2h, 7j/7j.

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

Les échanges sont anonymes et gratuits.

Bien cordialement

En savoir plus :

- Fiche sur les amphétamines
- Le dico des drogues
- centre de soin en addictologie dans l'Aube