

Vos questions / nos réponses

# Que dois je faire

Par [Helena333888888888](#) Postée le 29/04/2026 11:03

Je viens d'apprendre que mon grand frère prenais du crack. Je suis choquée et terriblement peiné pour lui et j'ai peur pour ma mère. Que dois faire pour me protéger

---

**Mise en ligne le 30/04/2026**

Bonjour,

Nous imaginons combien il est difficile et douloureux de voir un être cher sombrer dans une dépendance au crack. Cette drogue est, comme vous avez dû le constater, extrêmement addictive et modifie rapidement le comportement, les émotions et les priorités de la personne qui en consomme. Ce n'est pas une question de volonté, c'est plutôt comme une maladie où la personne perd le contrôle et où le produit prend toute la place dans sa vie.

Nous entendons que vous avez peur pour votre mère et que vous cherchez comment vous protéger. Il nous est difficile de répondre avec précision à votre demande car nous manquons d'éléments au sujet de votre situation. Sachez toutefois que vous et votre mère pouvez vous faire aider dans des structures spécialisées en addictologie qui s'appellent des CSAPA (Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Ces centres accueillent non seulement les usagers de drogues qui souhaitent entrer en démarche de soins mais aussi leur entourage.

Votre mère et vous-même pouvez donc être accueillies dans ces centres pour un espace de parole, du soutien et un accompagnement dans cette période délicate. Vous serez reçues, sur rendez-vous, de manière confidentielle et non payante, par des professionnels formés en addictologie (médecins, psychologues, infirmiers, travailleurs sociaux...). Parler à des professionnels peut vous aider à alléger ce poids et cette peine que vous ressentez et vous donner des outils pour comprendre ce qui se joue pour vous, pour votre mère et pour votre frère et apprendre à vous protéger, à poser des limites.

Comme nous ne connaissons pas votre ville/département, nous vous joignons un lien vers la rubrique "adresses utiles de notre site internet. Grâce au moteur de recherche, vous pourrez trouver le CSAPA au plus proche de votre domicile. N'hésitez pas à prendre contact pour des informations et/ou un rendez-vous.

Pour information, nous joignons ci-après notre fiche "crack" issue de notre dico des drogues ainsi que quelques articles qui pourront vous donner un éclairage par rapport à votre situation.

Si vous le ressentez, nous vous invitons à échanger plus amplement avec nous en nous donnant plus de précisions à propos de votre contexte soit en utilisant ce même support de questions/réponses soit en contactant nos écoutants. Ils sont disponibles 7j/7, par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) de 8h à 2h du matin ou par tchat de 14h à minuit, du lundi au vendredi, et de 14h à 20h le weekend.

Avec tout notre soutien,

Bien cordialement

---

#### **En savoir plus :**

- [Fiche sur le crack](#)
- [Adresses utiles du site Drogues info service](#)

#### **Autres liens :**

- [j'ai découvert qu'il se drogue](#)
- [il ne veut pas arrêter que faire](#)
- [comment aider un proche](#)
- [se faire aider](#)