

Vos questions / nos réponses

# Le jeu dangereux

Par [Mortel](#) Postée le 07/05/2026 00:31

Je me shoot depuis 10 ans à la coke, assez rapidement j'ai eu ce comportement je suis quelqu'un qui est excessif dans tout. Alcoolique depuis 20 ans actuellement abstinent, la coke chapeaute ça. J'ai décroché avec valium dans la rue sans csapa ou aidé jabbuse grave avec la c quand j'en ai à risquer de crever. J'ai joué beaucoup sur divers sujets, j'aime savoir comment l'humain avance et souvent déçu. Mais je ne peux m'empêcher d'essayer d'apporter un ti quelque chose partout où je passe. Cela m'apporte souvent de la déception étant sensible. J'ai l'impression être arrivé à mon dernier jeu, pourquoi je joue avec la mort alors que j'aime la vie ? Je rebondi tjrs à chaque rechute mais là j'ai plus le truc

---

## Mise en ligne le 07/05/2026

Bonjour,

A la lecture de votre message nous comprenons une situation d'addiction qui court depuis plusieurs années, passant d'un produit à l'autre, jusqu'à la cocaïne aujourd'hui.

Une dépendance n'est pas le fruit du hasard, vous décrivez une grande sensibilité et il est possible que celle-ci soit en partie responsable de fragilités, d'émotions et de sentiments éprouvants auxquels vous avez trouvé comme réponse, le produit.

La cocaïne, de part ses effets rapides, intenses et de courte durée, conduit fréquemment à une reprise de produit, au moment ou après la descente qui se révèle éprouvante, apparait le craving, cette envie irrépressible de reconsommer pour atténuer les effets éprouvants. Une spirale se façonne dont il est difficile ensuite de s'extraire seul.

Vous avez le sentiment « d'être arrivé à votre dernier jeu » et c'est peut-être le signe que vous avez atteint vos limites pour tenter de vous libérer seul de vos consommations. C'est pourquoi nous vous invitons à vous rapprocher d'un soutien auprès d'un dispositif spécialisé tel que le CSAPA dont nous vous joignons le lien ci-dessous.

Vous pouvez également réfléchir à l'idée de bénéficier d'un soutien entre pairs tel que « Cocainomanes Anonymes, association d'hommes et de femmes qui partagent entre eux leur expérience, force et espoir de façon à résoudre leur problème commun et d'en aider d'autres à se rétablir de leur toxicomanie ». nous nous joignons le lien ci-dessous.

Nous vous encourageons à ne pas rester seul dans la situation.

Bien cordialement

---

**Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les struc**

---

### **[CSAPA Le Rosais](#)**

78 boulevard du Rosais  
Centre Hospitalier  
**35400 SAINT MALO**

**Tél :** 02 99 21 22 30

**Site web :** [www.gh-re.fr/Addictologie/5/43/17](http://www.gh-re.fr/Addictologie/5/43/17)

**Secrétariat :** Du lundi au vendredi à partir de 9h le matin - après- midi à partir de 13h30

**Accueil du public :** Consultations sur rendez-vous.

**Consultat° jeunes consommateurs :** Adaptation des rendez-vous selon les disponibilités des jeunes de 12 ans à moins de 25 ans avec ou sans entourage. Autres consultations à Dol et Combourg : un vendredi sur deux (informations par téléphone).

[Voir la fiche détaillée](#)

**En savoir plus :**

- [Cocainomanes Anonymes](#)