

Forums pour les consommateurs

Addiction et surcharge mentale

Par Girdunord Posté le 22/05/2026 à 23h46

Je suis très fatiguée, je me sens seule et dépassée par mon addiction. J'ai du mal à gérer mon quotidien et j'ai besoin d'aide.

2 réponses

Mamacito - 29/05/2026 à 18h21

Ouais moi aussi ca te dit d'en parler et on s'entraide a en sortir ?

Vinzfez - 31/05/2026 à 18h22

Quel est ton addiction ? Cannabis cocaïne et roïn ou tout autre chose. Moi, j'ai 54 ans, ça fait. 40 ans que je suis consommateur de cannabis, j'ai décidé d'arrêter il y a une dizaine de jours. Et effectivement, fatigue les angoisses. Font partie du processus de sevrage. Si tu n'as personne dans ton entourage à qui parler, n'hésite surtout pas à téléphoner, à drogue infos-service ils sont de très bons conseils. Et si tu recent de les appeler tous les jours ne te prive pas. Ils sont formés pour accompagner les gens comme nous. Peut-être une solution antidépressive pourrait t'aider à aller mieux je te conseille donc d'en parler à ton médecin traitant sans tabou. Pour essayer de t'accompagner, peut-être avec une camisole chimique pendant quelques temps. Mais rien n'est infaisable. Je me bats tu te bats nous nous battons tous n'importe quelle. C'est de garder le cap. Pas facile de je te l'accorde. Mais pas impossible, courage à toi.