

Vos questions / nos réponses

# Addiction ritaline

Par [JulieR](#) Postée le 26/05/2026 14:25

Bonjour je suis une femme de 53 ans, abstinente à la cocaïne depuis une dizaine d'années j'ai après une période compliquée prise de la ritaline en sniff et je sens que je ne maîtrise plus rien, je ne peux plus arrêter, ça me fait peur et j'aimerais en parler, je culpabilise et j'ai honte d'être ré tombée. C'est un médicament que je prenait depuis l'année dernière pour mon tdah et autisme et tout était bien et efficace en prise normal et ça a dérapé lorsque j'ai appris sur les réseaux que sniffer elle était plus efficace pour calmer mes angoisses immédiatement et j'ai aimée ça, je regrette tellement. Merci de bien vouloir en parler avec moi, je voudrais arrêter au plus vite mais je sais pas comment faire.

---

**Mise en ligne le 27/05/2026**

Bonjour,

Nous sommes sensibles à votre demande d'aide, cela indique que vous n'avez pas entièrement perdu le contrôle et que vous souhaitez reprendre la main sur le cours de votre vie.

Nous saluons le fait que vous ayez réussi à rester une dizaine d'année sans cocaïne. Nous entendons aussi que cette période compliquée que vous avez traversé récemment a pu favoriser la reprise des mécanismes anciens liés à la consommation de cocaïne en sniff. Le stress, l'angoisse et les effets immédiats du médicament dans son usage détourné peuvent en effet entraîner une consommation compulsive rapidement, même chez quelqu'un qui utilisait correctement le traitement auparavant.

Il nous paraît donc important que vous ne restiez pas seule avec cela. En parler à un professionnel sans honte pourrait vous libérer du poids de ce secret que vous portez et qui vous pèse. Vous avez sans doute besoin d'aide pour reprendre de manière sécurisée et encadrée votre traitement pour retrouver de la stabilité.

Pour cela il existe des structures spécialisées en addictologie, des CSAPA (Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) qui accueillent les personnes dépendantes à des substances et qui aspirent au changement. Vous pourrez donc y être reçue par une équipe bienveillante et non jugeante (médecins, infirmiers, psychologues travailleurs sociaux) pour des informations, de l'écoute et un accompagnement, le temps qu'il vous faudra pour atteindre votre objectif. Vous pourrez vous y exprimer sans honte ni culpabilité car ces professionnels voient bien souvent ce genre de situation que vous vivez.

L'accueil en CSAPA est non payant et se fait sur rendez-vous. A titre indicatif, nous vous avons joint 2 adresses dans votre département. Ne connaissant pas votre ville nous ajoutons un lien vers la rubrique "adresse utiles" de notre site internet. Grace au moteur de recherche, vous pourrez trouver le centre le plus proche de votre domicile. N'hésitez pas à prendre contact pour des informations et/ou un rendez-vous.

Vous trouverez également ci-après 2 articles issus de notre site internet ainsi qu'un lien vers notre "forum de discussions". Echanger avec des personnes connaissant une situation proche de la vôtre peut permettre, au travers d'échanges et partages d'expérience, un soutien encourageant pour rompre un éventuel sentiment d'isolement dans cette période délicate.

Si vous avez besoin d'informations complémentaires et/ou de soutien, nos écoutants sont disponibles tous les jours de 8h à 2h du matin au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ou par tchat, depuis notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Avec tout notre soutien dans vos démarches,

Bien cordialement,

---

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

---

### **[CSAPA La Métairie](#)**

2 rue Maréchal Juin  
**85000 LA ROCHE SUR YON**

**Tél :** 02 51 05 23 39

**Site web :** [www.oppelia.fr/blog/structures/csapa-la-metairie-85/](http://www.oppelia.fr/blog/structures/csapa-la-metairie-85/)

**Secrétariat :** Lundi-jeudi et vendredi : 9h à 12h et de 13h30 à 18h, mardi: 13h30 à 18h - mercredi : 9h à 12h et de 13h30 à 17h

**Accueil du public :** Permanence sans rendez-vous le lundi de 14h à 16h pour toutes questions, informations, conseils - Consultation sur rendez-vous du lundi au vendredi.

**Consultat° jeunes consommateurs :** Sur rendez-vous : jeunes entre 12 et 25 ans avec ou sans entourage - Autre lieu de consultation (jeunes entre 16 et 25 ans) à la Maison des Adolescents 85 ( tous les mercredis après-midi : prise de rendez-vous au secrétariat du Csapa);

**Substitution** : Délivrance de traitement de substitution uniquement pour les usagers ne possédant pas de carte vitale.

[Voir la fiche détaillée](#)

## **Service d'addictologie du CHD de Vendée : Consultations spécialisé et ELSA**

Bd Stéphane Moreau  
Les Oudairies  
**85925 LA ROCHE SUR YON**

**Tél** : 02 51 44 62 21

**Site web** : [www.chd-vendee.fr/addictologie](http://www.chd-vendee.fr/addictologie)

**Secrétariat** : Lundi - Mardi et Jeudi de 10h à 12h30 et de 13h30 à 17h - Mercredi et Vendredi de 10h à 12h30

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

[Voir la fiche détaillée](#)

**En savoir plus :**

- [Forums Drogues info service](#)
- [Adresses utiles du site Drogues info service](#)

**Autres liens :**

- [personne ne sait, je n'ose pas en parler](#)
- [arrêter, comment faire](#)