© Drogues Info Service - 13 juin 2025

Vos questions / nos réponses

Dépression chronique

Par Profil supprimé Postée le 30/03/2010 11:12

> bonnjour, la toxicomanie entraine t'elle obligatoirement un état de dépression chronique. Etat constaté chez un grand nombre de toxs même substitués

---

Mise en ligne le 31/03/2010

Bonjour,

La clinique avec les toxicomanes montre en effet qu'il y a souvent un lien entre cette problématique et la dépression. Ce lien peut se faire à plusieurs niveaux.

Tout d'abord, il y a des personnes qui souffraient d'un état dépressif au départ, et pour qui la prise de produits psychotropes a été une sorte d'automédication. Constatant que sous l'effet de tel ou tel produit, ils se sentaient mieux, ou que certains de leurs "défauts" étaient atténués, ils y ont eu recours de plus en plus souvent. Par exemple, beaucoup de drogues ont des effets désinhibiteurs. Certaines sont apaisantes, d'autres excitantes, d'autres relaxantes... Tout cela peut avoir donné l'impression à un patient dépressif d'aller mieux, même si c'était illusoire au fond. Quand il est en sevrage, le produit lui manque alors à un niveau psychologique, il retrouve son état dépressif de départ...

Ensuite, le phénomène de la dépendance, avec la perte de liberté fondamentale que cela entraîne, avec la "contrainte" mentale (et parfois aussi physique) de prendre le produit... tout cela a, à la longue, un effet dépressogène. La dépendance, en soi, conduit à une perte de désir, qui se traduit par un rétrécissement des centres d'intérêt et des relations sociales, un enfermement et un repli sur soi, une répétition mortifère du quotidien rythmé par la prise du produit et ses rituels. Tout cela entraîne un état dépressif chez le toxicomane (comme chez toutes les personnes dépendantes, que ce soit avec ou sans produit d'ailleurs).

Par ailleurs, le fait d'arrêter une consommation ne signifie pas seulement se débarasser d'un produit, mais cela correspond en général à un changement de vie. Il y a un deuil à faire d'une partie de sa vie. Souvent, la consommation a commencé à l'adolescence, et s'est poursuivie pendant tout leur début de vie adulte. Le toxicomane ne sait pas comment vivre sans son produit qui l'a "protégé" d'un certain nombres d'épreuves et de difficultés rencontrées dans la vie normale. A l'occasion du sevrage, le patient doit réfléchir à ce qu'il veut faire en terme de projets personnels. Souvent il doit arrêter de voir ses anciens amis, s'ils étaient aussi toxicomanes... Il arrive qu'il considère que sa vie é a été jusqu'alors "ratée", et qu'il soit désorienté quant à son avenir... La toxicomanie fige le temps dans un éternel moment présent, et il faut beaucoup de courage et d'énergie pour repartir d'un nouveau pied.

C'est pourquoi il est important de bénéficier d'un soutien, soutien de l'entourage bien sûr, et aussi soutien des

professionnels. Les psychologues et les médecins peuvent accompagner cette phase de dépression/reconstruction qu'est le sevrage...

La substitution permet d'éviter les symptômes physiques de manque, elle permet d'opérer un changement de vie et d'éloigner la personne des réseaux délinquants. Mais elle ne dispense pas d'un suivi psychologique, surtout si l'état dépressif est durable.

Cordialement.