© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

24H sans!

Par Profil supprimé Postée le 02/04/2012 10:48

> Bonjour, j'ai 34 ans et j'ai commence vers 14 ans. Mes meilleurs amis d'enfance que je cotoie toujours fument et mon epoux aussi. Et j'ai decide d'arreter. J'ai appris il y a 3 jours que mon pere avait le cancer et j'ai decide d'embrasser la vie sans la defonce mais c'est dur. Cauchemars, draps mouilles de transpiration...je suis sous anti depressants depuis un an aussi, et j'aimerais arreter. Peut etre une seule chose a la fois? Que prendre pour m'aider?

Mise en ligne le 03/04/2012

Bonjour,
Nous n’avons pu savoir le produit pour lequel vous voulez arrêter la consommation. En tout état de cause bravo pour votre décision à vouloir « embrasser la vie sans la défonce ». S’il s’agit de cannabis, son usage peut entraîner une dépendance psychologique et placer l’usager dans une consommation problématique.
Nous vous suggérons d’essayer l’arrêt d’un produit avant d’entamer celui du second. Pour ce faire nous vous conseillons de solliciter l’aide de professionnels en centres d’addictologie où vous serez prise en charge par des médecins spécialisés qui vous aideront dans votre souhait d’arrêter toute consommation. Nous vous avons mis une adresse et nous vous encourageons à les contacter.
Vous pouvez également nous contacter au 0800 23 13 13 tous les jours entre 8h00 et 2h00 du matin (Ligne de Drogues Info Service) pour avoir du soutien et des conseils.
Bon courage et cordialement.

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

Service d'addictologie

12, boulevard du Docteur Chantemesse
43012 LE PUY EN VELAY

Tél : 04 71 04 35 82/83
Site web : www.ch-lepuy.fr/services/addictologie/
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 10h à 16h30.

Voir la fiche détaillée