

Vos questions / nos réponses

Perdu!!!

Par [Profil supprimé](#) Postée le 05/04/2012 12:31

bjr je suis allé au csapa de ma ville où j'ai été reçu par un docteur, j'ai expliqué mes soucis et la seule réponse a été vous êtes sous médicamenté et il voulait m'augmenter à 12mg alors que j'en prenais moins de 4mg maintenant et surtout le fait de "sniffer" ce sub ce geste qui m manque. il m'a dit que c'est le fait de pas prendre assez qui m'a fait penser à ce geste, j'ai dit que j'allais réfléchir et il m'a donné un nouveau rdv mais je ne sais pas si j'y vais. je lui ai dit que j'aimerais bien parler à un psy et il m'a dit qu'il n'y en avait pas dans leur équipe mais qu'il pourrait m'aider. je me suis braqué quand il m'a dit qu'il fallait que j'aille à 12mg et là vu que je ne me suis pas senti à l'aise du tout et que je n'ai pas abordé un seul des sujets pour lesquels j'avais fait cette démarche. on m'a parlé d'un hôpital de jour à Issoudun mais je ne sais pas quelle démarche j'ai à faire pour y aller et c'est dur pour moi de parler de ça j'ai honte, je ne sais pas trop quoi penser et faire ... merci de me dire ce que vous en pensez

Mise en ligne le 06/04/2012

Bonjour,

Il semblerait que la rencontre avec le médecin du CSAPA ne se soit pas passée comme vous l'espériez... Vous auriez aimé pouvoir parler de votre parcours, de vos difficultés, des différents sentiments que vous ressentez...

Il arrive que parfois le « feeling » ne passe pas, qu'on ne se soit pas compris. Dans ce cas, plusieurs possibilités s'offrent à vous :

- Soit vous acceptez de vous rendre au prochain rendez-vous avec ce médecin et lui expliquez (comme vous venez de le faire) ce que vous avez pensé de ce premier rendez-vous.
- Soit vous prenez contact avec une autre structure en addictologie afin de rencontrer l'équipe ; nous vous mettons les coordonnées de deux structures sur Clermont-Ferrand.
- Soit vous faites les deux, c'est-à-dire clarifier la situation avec ce médecin tout en prenant contact avec une autre structure en addictologie.

L'hôpital de jour dont vous parlez, fait partie de l'hôpital psychiatrique de votre ville. Cette structure appelée « Centre Psychothérapique de Jour » propose un suivi médical et psychologique, ainsi que des activités et des temps de parole en journée. Pour pouvoir y accéder, il faut prendre rendez-vous au 04.73.89.58.02. Le médecin psychiatre vous recevra (délai d'attente assez long) et vous indiquera s'il est possible ou non que vous puissiez venir.

Enfin, un autre moyen de vous exprimer et d'échanger avec d'autres personnes sur votre situation est les groupes d'entraide. « Narcotiques Anonymes » propose des réunions le jeudi sur Clermont-Ferrand. Nous vous conseillons de prendre contact directement avec eux si cela vous intéresse au 0800.88.12.88.

Ce qui nous semble très important c'est votre motivation, l'envie de changement. Pour vous aider au mieux, il est nécessaire de bien s'entourer. N'hésitez donc pas à prendre contact avec ces différentes structures afin de trouver ce qui vous convient le mieux.

En parallèle, vous pouvez essayer de vous « changer les idées » en faisant des ballades, vous préparer de bons plats ou tout autre activité qui vous ferez du bien...

Nous vous souhaitons une bonne continuation.

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