

## VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

### POLYTOXIMANIE ?

---

Par Profil supprimé Postée le 13/06/2012 01:28

Bonjour, qu'est-ce exactement un polytoxicoman ? C'est être dépendant à plusieurs personnes, ou bien aussi possiblement juste se défonce tout le jour avec n'importe quoi de possible, mais donc être dépendant, non pas à un produit particulier, mais plutôt à la "défoncé" ?  
À partir de quand sais-on qu'on a dépassé les limites ? Y a-t-il des tests en ligne à réaliser pour voir si l'on exagère ?  
Quels sont les critères ?  
Les CSAPA sont-ils adaptés ?  
Merci

---

Mise en ligne le 18/06/2012

Bonjour,

La polytoxicomanie désigne le fait de consommer, avec une certaine fréquence, au moins deux substances psychoactives, licites et/ou illicites. Nous pouvons également élargir ce qu'on appelle « substances » aux jeux d'argent, aux personnes, au sport...

Le nombre important de combinaisons possibles permet de distinguer différents usages : une maximalisation des effets du ou des produits consommé(s), un équilibre des effets, une "maîtrise" des effets négatifs et un passage d'un produit à un autre.

Le fait de consommer différents produits dans le but unique d'être « défonce » est en effet un comportement de polyconsommation.

La question des limites est une question importante. Pour autant il n'existe pas de réponse « toute faite ». Vous trouverez un petit test (ci-dessous) vous permettant de faire un premier point. Essayez de voir, derrière chaque question, une réflexion sur votre propre consommation ou celle de l'un de vos proches.

Vous pouvez aussi en discuter avec un professionnel dans un CSAPA (Centre de Soins, d'Accompagnement, de Prévention en Addictologie) par exemple, afin d'aborder ces différentes questions avec lui. Les consultations sont gratuites et confidentielles, nous vous transmettons les coordonnées de deux structures sur Marseille.

Vous pouvez également appeler l'un de nos écouteurs au 0800.23.13.13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, 7j/7, de 8h à 2h) afin d'en discuter davantage.

Cordialement.

---

**POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES :**

---

#### CONSULTATIONS JEUNES CONSOMMATEURS ET INTERVENTION PRÉCOCE JAM

7 square Stalingrad  
13001 MARSEILLE

Tél : 04 91 91 00 65

Site web : [www.addiction-mediterranee.fr/](http://www.addiction-mediterranee.fr/)

Secrétariat : Lundi de 9h à 13h et de 14h à 18h, mardi de 9h à 13h, mercredi de 10h à 13h et de 14h à 19h, jeudi et vendredi de 14h à 17h

Consultat° jeunes consommateurs : lundi de 9h30 à 13h de 14 à 18h, mercredi de 14h à 19h, vendredi de 14h à 17h, sur rendez vous

Service mobile : Equipe mobile auprès de centres sociaux, Personnels de L'ASE, de la PJJ, des IMEF, Informations et Formations, Groupes de travail Inter-structures.

COVID -19 : contact de juillet 2022 : accueil sur rendez vous dans le respect des gestes barrières -

Voir la fiche détaillée

#### ESPACE PUGET BIS ACCUEIL ET CONSULTATIONS JEUNES ET JEUNES MAJEURS

8, boulevard Notre-Dame  
1er étage

**13006 MARSEILLE**

**Tél : 04 96 17 67 75**

**Site web : [www.ch-edouard-toulouse.fr/Espace-Puget-Bis.html](http://www.ch-edouard-toulouse.fr/Espace-Puget-Bis.html)**

**Accueil du public : du lundi au vendredi de 9h30 à 18h30**

**Secrétariat : du lundi au vendredi de 9h30 à 17h**

Voir la fiche détaillée

**En savoir plus : <http://www.drogues-info-service.fr/?Adospa>**

- Questionnaire d'auto-évaluation