Vos questions / nos réponses

Arret Cocaine

Par Profil supprimé Postée le 06/10/2012 22:16

> Bonjour .
> Voila maintenant 2 ans que je suis plonge dans une consommation quotidienne de Cocaine .
> Je suis cependant tres fier d'avoir pu diminuer ma consommation de 3 grammes par Jour a quelques prises par jour au jour ou je vous parle . Mon entourage est aussi plonge dans cette drogue et residant au mexique cette drogue est tres facile de ce procurer . Mon souhait est d'abandonner definitevement cette substance mais je fais face a des piques d'envie quotidienne qui me rongent mes efforts . Je me suis remis a faire enormement de sport pour compenser l'envie mais je ressens toujours un peu a un moment de la journee une envie de prise .
> Que dois je faire ?

Mise en ligne le 09/10/2012

Bonjour,

Ces "piques d'envie" que vous décrivez correspondent à ce que certains appellent le "craving", c'est à dire un désir irrépressible de consommer. Cela se retrouve fréquemment chez les usagers réguliers de cocaïne et met souvent à mal leurs tentatives d'arrêt comme vous le décrivez très bien aussi.

Les efforts que vous faites ne sont pas vains, votre idée de vous remettre au sport est pertinente, mais peut-être auriez-vous intérêt à vous faire aider par des professionnels spécialisés (médecins, psychologues) dans la prise en charge des problématiques addictives. Etre soutenu, conseillé, guidé pas à pas pourrait s'avérer utile pour mener à bien et plus confortablement votre projet d'arrêt.

Nous ne sommes pas en mesure de vous renseigner sur les possibilités de prises en charge spécialisées au Mexique mais peut-être pouvez-vous vous rapprocher de l'ambassade de France au Mexique pour obtenir ces informations. Voici le lien vers leur site internet: http://www.ambafrance-mx.org/francais/

Cordialement.
