© Drogues Info Service - 21 octobre 2025 Page /

Vos questions / nos réponses

## Replonger ou pas

Par Profil supprimé Postée le 28/08/2013 20:25

bonjour j ai fini par trouver de l heroine je n y ai pas toucher (encore) mais pour combien de temps ? je suis faible oui je consomme plus maisje passe mes journées a pleurer sans arriver a arreter sans savor pourquoi , une partie de moi me dit non jette ca ca t as fait assez de mal mais une autre partie me dit putain mais vas y au moins tu vivra mieu cette vie cette solitude j en ai marre , franchement je dis que l od serait la meilleur chose qui puisse m arrivé de toute facon je ne manquerai a personne .je suis perdu je sais plus quoi faire

## Mise en ligne le 02/09/2013

Bonjour,

Nous comprenons votre mal-être. Après un an d'abstinence et de suivi personnalisé, vous êtes aujourd'hui comme en équilibre sur un fil: soit vous poursuivez votre travail sur vous et essayez d'aller mieux en vous ouvrant par exemple sur des centres d'intérêts nouveaux, en partant en post-cure pendant plusieurs semaines, en prenant contact avec un groupe d'entraide comme les Narcotiques Anonymes (01.43.72.12.72)... Soit vous re-consommez et échappez de manière éphémère à vos problèmes personnels, tout en sachant les répercussions sur votre santé.

Il semblerait que cette phase d'entre-deux soit vécue par grand nombre de toxicomanes souhaitant s'en sortir. Nous comprenons votre impatience quant à l'arrêt de vos pleurs, à une énergie retrouvée, vous devez vous sentir « vidé » et qui ne le serait pas ? Réfléchissez à ce que vous voulez pour vous, à ce pourquoi vous avez entrepris cette démarche à l'ANPAA. Nous vous conseillons également d'en parler à l'équipe qui vous suit, peut-être qu'une hospitalisation pourrait vous permettre de vous remettre d'aplomb (3 repas par jour, un encadrement 24h/24, un rythme défini... sont des éléments concrets qui influent également sur le moral).

Nous ne pouvons que vous encouragez en ce sens.

Nous sommes avec vous dans ces moments difficiles!

Bonne continuation,

