© Drogues Info Service - 14 juin 2025

Vos questions / nos réponses

dépendance

Par Profil supprimé Postée le 20/03/2014 22:18

> Disons que je consomme à chaque jour depuis quelques semaines de la speed...
> Quelle sont les meilleurs moyens de s'en sortir? Désintox? Autres conseil?

Mise en ligne le 21/03/2014

Bonjour,

Le temps est venu pour vous de vous questionner sur votre consommation quotidienne de speed et nous vous y encourageons. Vous cherchez des solutions pour sortir de votre dépendance récente. Effectivement plus une dépendance s' installe dans le temps, plus il est difficile d' en sortir. La tolérance aux effets des amphétamines est rapide et se produit en cas de consommation régulière, entraînant une augmentation de la consommation.

Il nous semble aussi important de cerner et de comprendre les raisons qui vous ont poussé a consommer du speed. C'est effectivement rarement sans raisons personnelles que l'on s'attache à une drogue, et le choix de celle-ci n'est pas anodin non plus.

Tout seul vous pourriez arrêter votre consommation en vous appuyant sur votre entourage: amis proches, famille, etc.... Retrouver des activités, des loisirs qui vous plaisaient auparavant (sport, sorties...) ou vous lancer dans des nouvelles sont également de bons moyens de reprendre contact avec la vie "réelle" et de vous aider à passer le moment parfois difficile du sevrage.

La dépendance aux amphétamines, au speed est une dépendance principalement psychologique puisqu’elle n’induit pas de symptômes physiques de manque à l’arrêt. Cependant un suivi médical et/ou psychologique peuvent être préconisés pendant et après le sevrage pour vous aider à trouver un équilibre dans votre quotidien.

Vous vivez à Montréal et nous n' avons pas les adresses de structures que vous pourriez consulter mais nous pouvons penser que le système de soin doit être à peu près semblable au nôtre.

Pour arrêter votre consommation d’amphétamines, il existe des structures qui proposent deux types d' accompagnements différents pour les jeunes consommateurs.

Vous avez la possibilité de consulter anonymement et gratuitement dans des structures "ouvertes". Des médecins, psychologues pourront vous accompagner durant votre sevrage. Dans ce cas, les consultations se font en ambulatoire, en milieu ouvert.

Dans le cas où le le sevrage en ambulatoire ne suffirait pas, il est possible de demander de faire un sevrage en milieu hospitalier. Il s’agit d’une cure qui peut durer de 10 jours à plusieurs semaines.

D'autre part, il existe probablement également chez vous des cliniques privées, plus ou moins abordables.

Enfin,sachez qu'envisager de poursuivre un accompagnement après le sevrage nous semble important. Pendant un temps il est possible que vous soyez encore fragile, et choisir de maintenir un soutien vous permettra de vous consolider dans votre quotidien sans consommation de speed.

Nous vous conseillons aussi de lire la fiche " amphétamine " dans le dico des drogues sur notre site Drogues Info Service. Vous y trouverez des informations sur le dépendance, les effets indésirables, les risques, etc... (lien en bas de page)

Nous vous souhaitons bonne réussite dans votre recherche et dans votre démarche de soins.

Bien à vous.

En savoir plus :

- Fiche sur les amphétamines