

Vos questions / nos réponses

# Mon Héroïne... Ce qui fait pencher la balance entre la vie et la mort !

Par [Profil supprimé](#) Postée le 25/03/2014 13:26

Bonjour, mon histoire est un peu longue et peut-être un peu confuse...

Enfant j'étais une élève brillante, je m'occupais de ma mère dépressive et de mon petit frère. Père absent.

A 15 ans j'ai décidé de quitter le domicile familial (un peu aidé par ma mère qui me mettait de plus en plus régulièrement à la porte).

J'ai commencé à travailler, je gagnais plutôt bien ma vie, surtout pour mon âge et je travaillais beaucoup mais je n'étais pas vraiment heureuse.

Quelques mois avant mon 18e anniversaire j'ai fait une rencontre qui était de toute façon inévitable... J'ai fait la connaissance de l'héroïne !

[Je me souviens d'un truc idiot : je devais avoir entre 10 et 12 ans et je faisais une formation de secourisme (AFPS à l'époque), à un moment nous avons fait un exercice où le formateur nous expliquait qu'il ne faut JAMAIS retirer un objet d'une plaie à une exception près : une seringue; et je me souviens qu'à ce moment je me suis dit qu'un jour, ce serait de mon bras qu'on en retirerait une... Je n'ai jamais réussi à expliquer pourquoi j'ai toujours été attirée par l'héroïne alors que personne dans mon entourage ne connaissait cette drogue mais elle m'a toujours appelée...]

J'ai toujours eu du mal à supporter cette société, j'ai la malchance d'être parmi les "surdouées" et peut-être que je comprend trop bien ce monde; en tout cas, en rencontrant la drogue j'ai aussi fait la connaissance du monde de la rue et surtout des squats, pour la première fois de ma vie, je me suis sentie chez moi, en famille... Tout roulait, j'avais tout : la drogue, le squat, des frangins de rue...

Puis j'ai commencé à me rendre compte que, dans la rue, il n'y avait aucune solidarité. Je suis une femme donc j'ai été plutôt bien acceptée au début, mais je suis lesbienne et donc lorsque la plupart ont compris qu'il n'y avait rien à attendre de moi, j'ai compris toute la violence de la rue !

Puis j'ai fait la connaissance d'une femme avec qui je me suis mise en couple, nous avons habité ensemble et, pour elle, j'ai arrêté la drogue.

Lorsque notre relation s'est terminée j'ai vraiment plongé, j'ai "survécu" je ne sais trop comment pendant environ 10 mois; 10 mois horriblement long au cours desquels je n'ai pensé qu'à une chose : la vie vaut-elle ou non d'être vécue ? La plupart des suicides sont des actes commis sous le coup de l'émotion... Le mien n'était pas de ceux-là, mon suicide aura été minutieusement préparé pendant des semaines et des semaines, il était impossible que je me rate et pourtant... Après 3 jours de coma, quelqu'un aura appelé le SAMU et, à ce jour, personne n'a pu formuler d'hypothèse expliquant le fait que j'ai survécu...

A ma sortie de l'hôpital, la vie et le monde étaient les mêmes, mon envie de mourir aussi... Seulement en "mourrant" j'aurais pu voir qu'il y avait certaines personnes qui ne voulaient pas me laisser partir, et c'est un dilemme atroce que de devoir souffrir tous les jours pour ne pas leur faire du mal ou bien mettre fin à mes souffrances.

Alors je me suis réfugiée dans l'héroïne. Elle m'a permis de rester en vie jusqu'à aujourd'hui, elle m'a permis de remonter un peu la pente, cela fait un an et demi que j'avais tous les jours ma petite dose de "bonheur en poudre"

Aujourd'hui, je suis à bout de ressources, cela fait trois jours que je suis passé sous subutex mais c'est pire (je suis persuadée que le subutex est plus nocif que l'héroïne et, si les deux étaient légaux, il y aurait sûrement des études qui le prouveraient, mais en France légal = bon; illégal = mauvais)

Enfin bref, si je fais ça, ce n'est pas pour moi, c'est pour mon frère qui ne supporte plus de me savoir héroïnomane.

Le subutex, je le prends, desfois sous la langue ou alors je l'injecte, ça dépend du moral que j'ai, en général, je l'injecte.

Aujourd'hui, je suis totalement perdue, je n'arrive plus trop à penser, je sais que un traitement subutex ou autre sur des mois cela ne me conviens pas. En gros c'est soit héroïne, soit rien, soit la mort (qui équivaut au subutex, à une hospitalisation...)

Si aujourd'hui je ne pense pas à la mort (ou du moins pas dans les jours à venir), c'est parce que je me dis que bientôt, dans une semaine environs, je retrouverais un peu d'héroïne, (je ne sais ni où, ni comment la trouver, mais j'en ai besoin)

Dans l'idéal, j'aimerais pouvoir, arrêter le subutex dans les jours à venir (avant de devenir dépendante au subutex), en toute logique, à ce moment là, je ne serais plus physiquement accro à l'héroïne et donc j'aimerais essayer de me tenir à 2 alu (héroïne) par semaines... Puis un seul...

Pensez vous que cela est réalisable ??

En sachant bien que le vrai gros problème n'est pas mon addiction mais mes envies suicidaires lorsque je me retrouve sans héroïne (ces envies étaient déjà là avant que j'y touche pour la première fois)

Aujourd'hui, le fait de me promettre un alu dans une semaine est la seule chose qui me permet de tenir et de rester en vie...

Alors je me dis que, si j'arrive à trouver d'autres sources de plaisirs entre les prises d'héroïne, je parviendrais à les espacer au fur et à mesure...

Ps : la simple idée de me dire "plus jamais" d'héroïne me laisse deux images en tête : la mort ou dédier ma vie exclusivement à la drogue (jusqu'à aujourd'hui, je suis parvenue à ne pas dealer, ce qui est extrêmement difficile vu les doses que je prends et leur prix)

Pensez-vous qu'il est possible de ne consommer qu'un petit gramme tous les trois-quatre jours peut me garder à relative distance de la dépendance ??

ps : c'est la seule carte qu'il me reste en mains, je connais deux personnes qui ont réussi en faisant de la sorte (aujourd'hui il consomment peut-être 2 à 3 fois dans l'année) donc, bitte, ne me dites pas que c'est impossible

---

**Mise en ligne le 26/03/2014**

Bonjour,

Nous ne pouvons présager de la réussite de votre projet de "gestion" de vos consommations d'héroïne. Vous dire que c'est impossible serait vous mentir, vous dire que cela peut s'avérer périlleux serait honnête. Le potentiel addictif de l'héroïne (comme du subutex d'ailleurs) est tel qu'il est le plus souvent difficile de ne pas en arriver à consommer tous les jours. Vous n'êtes pas sans savoir les syndromes de manque liés à l'arrêt de cette drogue, les symptômes apparaissant quelques heures après la dernière prise pour atteindre un pic généralement au deuxième jour. Mais il est peut-être justement peu pertinent de faire des généralités, ce qui vaut pour l'un ne vaut pas forcément pour l'autre, ce qui vaut pour le plus grand nombre ne vaut pas obligatoirement pour vous.

Vous avez dans votre entourage deux personnes ayant mené à bien ce projet. Peut-être pourriez-vous vous appuyer sur leur expérience et les interroger sur ce qu'elles ont par ailleurs mis en oeuvre pour parvenir à cette réussite. De la même manière que nous pourrions dire que nous sommes inégaux devant la dépendance aux drogues, les difficultés liées à leur arrêt, la possibilité de gérer ses consommations, nous faisons le pari que lorsqu'une personne se met à pouvoir contrôler ses consommations c'est que d'autres choses ont changé pour elle en amont.

Vous faites état d'un malaise, un mal-être, d'une hypersensibilité, une hyper lucidité vous conduisant à des envies suicidaires. Vous le dites et l'identifiez comme "le vrai gros problème", ces envies étaient présentes avant l'héroïne. Pour pouvoir vous détacher de cette drogue, mieux la tenir à distance, il s'agirait probablement de trouver le moyen de prendre en charge autrement vos difficultés intérieures, que l'héroïne ne soit plus la seule "réponse" à vos souffrances.

Pour reprendre vos termes et votre idée, le "bonheur" ou plutôt "les bonheurs" existent forcément ailleurs que dans la poudre, peut-être les trouverez-vous toute seule, peut-être aurez vous besoin d'être guidée, accompagnée pour commencer à les entrevoir. Un suivi psychologique par exemple pourrait vous y aider, à condition de faire la bonne rencontre, parce que sur ce point également il est fortement question de rencontre. Vous devez sans doute savoir qu'au delà de la prescription et de la délivrance de traitements de substitution, les CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) proposent du suivi ou du soutien psychologique. Ce pourrait être une piste mais il pourrait y en avoir bien d'autres, au grés de vos envies.

Si vous souhaitez revenir vers nous, n'hésitez surtout pas à la faire, pourquoi pas en nous téléphonant pour échanger de "vive voix". Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe), au 01 70 23 13 13 (appel non surfacturé depuis un portable) ou encore par tchat.

Cordialement.

---