© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Au secours ! L’héroïne est de retour dans ma vie !

Par Profil supprimé Postée le 03/04/2014 13:14

> Bonjour,
> J'ai 36 ans et je suis sous traitement de subutex depuis 2005 suite à une période de 2 ans accro à héroïne (en sniff uniquement). J'ai réussi à tenir pendant prés de 9 ans sans toucher à cette merde (j'avais ni l'envie, j'y pensais même pas, j'étais heureux : un travail, une femme et un petit garçon qui a 5 ans aujourd'hui). Mais voilà ma vie a brusquement changé il y a 10 mois et je reprends de l’héroïne depuis un mois pour supporter la vie et ne pas me foutre en l'air (car des envies suicidaires ont commencer à me hanter l'esprit).
> En effet, il y a 10 mois ma compagne m'a quitté et dans le même temps je quittais mon travail de commercial dans l'immobilier qui me prenait beaucoup de temps. Je suis rapidement tombé en dépression accompagné d'insomnie et beaucoup d'ennui car plus de travail, plus d'amis, plus de collègues et pas de passions ou hobbies..
> Constatant que je ne m'en sortirai pas tout seul j'ai tenté de demander de l'aide à mon médecin traitant, je lui ai même demandé les coordonnés d'un psychiatre mais aucun résultats (soit 1 an de délai soit pas de d’accueil de nouveau patient).
> Aujourd'hui cela fait donc 1 mois que je reprends de l'héroine, et je suis en train de détruire le peu qui me reste cad les relations avec mon fils.
> J'aimerai vraiment vite stopper tout ça, et reprendre une vie normal... Mais aujourd'hui trop seul et déprimé (sans envies aucunes de quoi que ce soit), j'ai besoin d'aides extérieurs.
> Je ne sais pas quoi faire, ou aller, voir qui ? Psychiatre ? Addictologue ? ou autre ?
> Merci pour votre aide et vos conseils.

Mise en ligne le 07/04/2014

Bonjour,

Vous êtes aujourd'hui dans une période très difficile. Mais vous avez déjà des pistes de réflexion intéressantes pour avancer : vous avez fait le lien entre votre consommation d'héroïne, les événements négatifs de votre vie (séparation, absence de travail, ...) et les sentiments dépressifs que vous ressentez.

Vous avez raison de chercher à sortir de votre isolement et à vous faire aider par des professionnels. Apparemment, vous souhaitez surtout rencontrer un médecin ou un psychiatre ; effectivement, un traitement médicamenteux pourrait vous soulager et éloigner le danger que représentent vos idées suicidaires. Commencer un travail psychologique pour mieux comprendre les origines de votre mal-être et apprendre à gérer celui-ci autrement que par la consommation de produits paraît également indiqué.

Peut-être connaissez-vous déjà les Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention des Addictions (CSAPA). Des équipes pluridisciplinaires (médecins, psychologues, travailleurs sociaux) y proposent de façon gratuite et confidentielle des consultations. Certains de ces centres délivrent également des traitements de substitution quand cela répond au besoin et au désir de la personne. Nous vous encourageons vivement à prendre contact avec une de ces structures, et nous vous indiquons les coordonnées de celles qui paraîtraient adaptées à votre situation ci-dessous.

Par ailleurs, sachez que si vous rencontrez des difficultés à obtenir un RDV dans les centres que nous vous indiquons, vous pouvez nous contacter pour que nous vous donnions les coordonnées d'autres lieux de soins. Vous pouvez également nous appeler tout simplement pour être entendu et ne pas rester seul dans votre souffrance. L'appel est gratuit depuis un poste fixe au 0 800 23 13 13, et au coût d'une communication ordinaire depuis un portable au 01 70 23 13 13. Notre service est ouvert tous les jours de 8h à 2h du matin.

Bien à vous.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :

CSAPA ARPADE

3 bis rue Berthelot
31500 TOULOUSE

Tél : 05 61 61 80 80
Site web : www.arpade.org
Accueil du public : Lundi 14h/19h, Mardi et Mercredi 9h/13h 14h/18h, Jeudi 9h/13h 14h/19h, Vendredi 9h/13h 14h/17h.
Consultat° jeunes consommateurs : Consultations possible en milieu scolaire sur demande et sur le Point Ecoute Jeune (rue de Cugnaux)

Voir la fiche détaillée

CSAPA Maurice Dide

Place Lange
Hopital la Grave
31059 TOULOUSE

Tél : 05 61 77 80 82
Secrétariat : Du lundi au jeudi de 9h30 à 17h. Le vendredi de 9h30 à 12h
Accueil du public : Du lundi au jeudi de 9h30 à 17h. Le vendredi de 9h30 à 12h

Voir la fiche détaillée