

# Comment le sortir du crack

Par [Profil supprimé](#) Postée le 15/04/2014 13:37

Bonjour,

Je vous écris car l'homme que j'aime m'a avoué qu'il prenait du crack. J'ai vraiment peur de ce qui pourrait lui arriver mais plutôt que de prendre la fuite je voudrais faire tout ce qui est en mon pouvoir pour l'aider à se sortir de là. J'essaie de me renseigner au maximum pour ne pas faire d'erreurs mais c'est très difficile. Il se confie peu sur ce sujet et la dernière fois qu'il l'a fait il m'a dit être au bout du rouleau et ne plus savoir comment s'en sortir. Il me dit que je suis sa béquille et il est hors de question que je le laisse tomber.

Mais Comment réagir ? Faut-il que je sois brusque pour lui faire un électrochoc ou au contraire faut-il attendre qu'il ait le déclic tout seul et se contenter d'être présente en attendant ? Est ce que le fait de vivre ailleurs et de s'éloigner de son quotidien pourrait l'aider ?

Désolée pour toutes ces questions et merci de proposer ce service d'aide très utile pour nous...

---

## Mise en ligne le 15/04/2014

Bonjour,

Nous comprenons votre difficulté et votre inquiétude liée à la consommation de votre ami. Le crack est un stimulant dont le pouvoir addictogène est très important en plus d'une capacité de désocialisation tout aussi importante.

L'élément positif est que votre ami ne s'oppose pas à être aidé, bien au contraire, il lui arrive de parler de ses consommations. A moins que vous ne le sachiez, il serait aidant de savoir ce qui le motive à consommer le crack pour « traiter le problème à la source » s'il s'avère que ses consommations sont en lien avec un éventuel mal-être. Pour ce faire, nous vous conseillons de privilégier un dialogue apaisé avec lui.

A notre connaissance il n'existe pas d'attitude tout faite à adopter dans ce type de situation. Cependant, nous observons que vous êtes auprès de lui et que lui-même voit en vous comme « sa béquille ». Nous vous conseillons quand même de faire attention à alterner les moments où il faudra qu'il se responsabilise tout seul, et ceux où vous pouvez le soutenir. Pensez également à vous même, à vous ménager des moments où vous n'êtes pas une "béquille". Il est très important que le concerné soit d'accord pour que l'aide se révèle efficace. Et cette aide il peut l'obtenir dans un centre de soins en addictologie dont nous vous avons mis une adresse située dans votre département. Sachez également que ces mêmes centres accueillent également l'entourage pour les aider à aider le proche consommateur.

N'hésitez pas, non plus, à nous contacter par tchat sur notre site ou nous appeler au 0800 23 13 13 (Ligne de Drogues Info Service, gratuite et anonyme depuis un poste fixe, tous les jours entre 8h00 et 2h00 du matin) pour une aide ponctuelle et si besoin une réorientation.

Bien cordialement.

---

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

---