

Vos questions / nos réponses

## Accro à l'eau de source

Par [Profil supprimé](#) Postée le 12/06/2015 23:22

Je suis accro a l'eau de source depuis mon plus jeune âge, comment arrêter ?

---

**Mise en ligne le 15/06/2015**

Bonjour,

Vous nous faites part de votre dépendance à l'eau et cela depuis votre plus jeune âge.

Nous ne doutons pas que vous rencontriez de véritables difficultés à vivre avec cette addiction ; cependant, nous nous permettons de vous rappeler que cet espace "Questions-réponses" est avant tout destiné à répondre aux questions concernant les drogues (Voir notre page "Qu'est-ce qu'une drogue ?")

<http://www.drogues-info-service.fr/Tout-savoir-sur-les-drogues/Les-drogues-et-leur-consommation/Qu-est-ce-que-les-drogues-ont-en-commun>) et aux personnes en souffrance par rapport à des consommations de substances addictives, ce qui semble être également votre cas.

Concernant votre situation il nous est difficile de nous prononcer sans avoir d'éléments sur la quantité et la fréquence de vos consommations.

On définit en général une dépendance à un produit comme une impossibilité de s'en passer. Concernant l'eau qui est essentielle à la vie, elle peut avoir des conséquences négatives lorsqu'elle est consommée en grande quantité.

Nous vous conseillons d'en parler à votre médecin traitant mais sachez que vous pouvez aussi consulter dans un centre d'addictologie. Gratuits et confidentiels, ces centres de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA), accueillent les usagers dépendants afin de faire le point sur leurs consommations. Vous pourrez rencontrer des professionnels (médecins, addictologues, psychologues, psychiatres, etc....) qui pourront vous aider.

Vous pouvez également joindre un de nos écoutants au 0800 23 13 13 (Ligne de Drogues Info Service, ligne gratuite et anonyme depuis un poste fixe, tous les jours de 8h00 à 2h00 du matin) pour un soutien ponctuel ou une orientation si besoin. Ce service est également joignable par chat aux mêmes heures via notre site.

Bien à vous.

---