Vos questions / nos réponses

Ca va mal

Par Profil supprimé Postée le 23/09/2015 17:04

> Bonjour,
> J'ai 24 ans, je suis une fille, je consomme du cannabis depuis l'âge de 13 ans environ. Au départ je consomais en soirée et très peu; aujourd'hui c'est devenu problématique. Je fume tous les jours, dès le matin. Je fume parfois 15 joints par jour. Je consomme aussi de la cocaïne, par période, souvent le week-end. Tout cela est associé à l'alcool, parfois ça finit mal mais j'arrive pas à m'arrêter. Je ne travaille plus, j'ai plus envie de rien, j'ai aucune motivation, parfois j'ai envie de voir personne, je fais rien à part consommer de la drogue. Je me sens incapable d'affronter la vie réelle. Il y a encore peu de temps c'était pas comme ça, j'avais une vie presque normale, je crois que je m'enfonce totalement. Ca m'angoisse, je sais pas comment m'en sortir.

Mise en ligne le 24/09/2015

Bonjour,

Nous entendons votre détresse face à votre consommation, à son évolution. Vous nous dites qu'il y a quelques temps ce n'était pas comme cela, mais que maintenant vous sentez que vous vous "enfoncez" et cela vous angoisse.

Les consommations au départ sont généralement occasionnelles et maîtrisées. Mais il arrive qu'elles deviennent plus régulières et que l'on n'arrive plus à s'arrêter. Souvent, c'est parce que cela vient apaiser, soulager un malaise, une souffrance. Il est alors important de se questionner sur le lien que l'on entretient avec le ou les produits que l'on consomme, ce à quoi ils servent, comment ils nous aident.

Vous ne savez pas comment vous en sortir. Il est très important que vous puissiez en parler et trouver de l'aide. Vous avez fait le pas de nous écrire, et nous saluons votre démarche. Afin de poursuivre dans ce sens, et trouver le moyen d'aller mieux, nous vous encourageons à contacter un Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Ces centres reçoivent toute personne en difficulté avec un produit, une consommation, et proposent une aide adaptée à chacun. Vous trouverez les centres proches de chez vous ici, n'hésitez pas à les contacter.

Pour d'autres informations, ou tout simplement pour en parler de vive voix avec l'un de nos écoutants, vous pouvez nous appeler au 0800 23 13 13 (Drogues Info Service, appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, tous les jours de 8h à 2h du matin).

Cordialement.

En savoir plus :

- Arrêter, comment faire ?
- Je souhaite me faire aider