© Drogues Info Service - 5 juin 2025

Vos questions / nos réponses

Addiction

Par Profil supprimé Postée le 07/11/2015 04:21

J'ai un problème de drogue,
Je fume tout ce qui peut provenir de cannabis au moins 3 joints par jour (si j'en ai)
Et récemment j'ai commencer à sniffer de l'amphétamine, Ça fais 2 mois.

Je sais que la drogue c'est mauvais, et que ça peut engendrer beaucoup de problème dans ma vie,
Mais c'est à cause des problèmes que j'ai commencer tout ça.

Et même si je savais que la drogue est mauvaise, je l'aime,
J'aime l'effet que me procure la défonce du cannabis, sont effet relaxant quand ça va pas, Ou simplement fumer avec des amies histoire de rigoler.

Le truc, c'est que j'aimerais arrêter à cause de ma santé,

La question est,

Est ce que c'est possible d'arrêter la drogue du jour au lendemain ?
J'aimerais essayer, Comme j'ai essayer d'arrêter de fumer des cigarette qui est un échec.
Je sais plus quoi faire...

Mise en ligne le 10/11/2015

Bonjour,

Il est tout à fait possible d’arrêter les drogues du jour au lendemain mais, selon la nature du produit et la manière dont on y est attaché, on peut éprouver des difficultés plus ou moins grandes, plus ou moins supportables qui vont faire qu’on tient le coup dans l’arrêt ou qu’on reprend ses consommations.

Il est parfois (et même souvent) nécessaire d’en passer par plusieurs tentatives d’arrêt avant d’atteindre son objectif. Cela peut être d’autant plus vrai quand on veut stopper plusieurs produits. Une manière de ne pas se décourager, de ne pas se sentir seul et « impuissant », c’est de se faire accompagner dans sa démarche par des professionnels. Ce qui peut être très aidant également c'est de requestionner plus globalement ses habitudes de vie et d'y apporter quelques modifications (se remettre au sport par exemple).

Vous avez repéré des choses intéressantes dans l'analyse de votre situation, à savoir que ce sont des problèmes personnels qui vont ont amené à consommer, que vous appréciez l'effet des produits parce que ça vous relaxe, que c'est convivial quand vous êtes avec vos amis. Ce que vous avez repéré également c'est que vos consommations peuvent être néfastes notamment pour votre santé. Vous êtes donc comme dans un « entre deux » et nous comprenons que cela puisse être inconfortable.

Comme nous l'évoquions plus haut, un coup de pouce extérieur pourrait être bien utile et si cette piste vous intéresse pourquoi ne pas vous mettre en contact avec un CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Les consultations y sont individuelles, confidentielles et gratuites, assurées par des spécialistes des addictions (médecins, psychologues, travailleurs sociaux) qui vous aideront à aller au bout de votre projet si vous sentez que ce sera trop difficile tout seul.

Les possibilités de consultation sont nombreuses dans votre ville et vous trouverez ces adresses dans la rubrique « Adresses utiles » de notre site. Nous nous tenons à votre disposition pour toute autre question concernant vos consommations, les difficultés éventuelles que vous éprouvez à arrêter, les orientations possibles si vous souhaitez être aidé. 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 (coût d'une communication ordinaire depuis un portable) ou encore par Chat.

Avec tous nos encouragements.

En savoir plus :

- "Adresses utiles"