© Drogues Info Service - 28 novembre 2026

Forums pour les consommateurs

Je crack..

Par Profil supprimé Posté le 11/04/2016 à 02h42

Je ne sais meme pas par ou commencer...
J'ai 24ans et je fume du crack (depuis plus de 5ans deja).
Depuis plusieurs jours maintenant jai l'impression de perdre la tete .
J'ai l'impression que le monde entier c joint a mon conjoint pour me faire du mal. Je me sens en sécurité nulle part et c vraiment dure a gerer .
Cette "impression" continue meme lorsque je n'ai pas fumer .
J'ai peur , c'est peut etre stupide mais j'ai peur .
J'ai peur de m'endormir et de ne plus me reveiller.
La par exemple je suis crever mais je me force a garder les yeux ouverts .
J'ai super faim aussi mais je n'arrive plus a manger cequi est deja entamer de peur quil yai du poison.

Je passe surement pour une menteuse , pour quelqun qui exagere mais j'écris se que je pense car je naime pas parler .

Je suis de nature très réservée et solitaire . Si jecri ici c'est vraiment que je nen peux plus .

Merci a ceux et celles qui auront pris le temps de me lire ..

1 réponse

Moderateur - 11/04/2016 à 15h27

Bonjour Plumetriste,

Je vous remercie tout d'abord d'avoir eu le courage d'écrire cela sur notre forum.

Vous avez peur et ce n'est pas stupide. C'est au contraire très humain et très logique. La consommation répétée de crack peut en effet conduire au développement d'idées paranoïdes, c'est-à-dire des idées où vous vous sentez menacée par tout et où vous avez peur, comme vous semblez en avoir actuellement.

Il faut absolument faire une pause, vous reposer car là vous êtes en train de pousser vos limites à ne pas dormir et ne pas manger. Si la nourriture solide ne passe pas essayez peut-être les soupes légères pour commencer. Le crack est un sacré coupe-faim mais pourtant il est nécessaire de se nourrir. Le sommeil est essentiel à votre équilibre aussi.

Vous semblez en grande difficulté. Avez-vous déjà eu des contacts avec des centres de soins des addictions ?

Que souhaitez-vous faire vis-à-vis de votre consommation de crack ?

Cordialement,

le modérateur.