© Drogues Info Service - 27 novembre 2026

Forums pour les consommateurs

Du cannabis à la morphine

Par Profil supprimé Posté le 06/05/2016 à 13h14

Bonjour, j'ai essayer de parler sur le chat direct, j'ai sortie tout se que j'avais sur le coeur et je me suis retrouver avec un message de problème technique, du coup je me replie sur se topic.
Voilà, j'ai 19ans, j'approche de la 20aine. Je suis très proche du milieu festif et j'ai presque tout tester au moins une fois.
Depuis mes 16ans je fume régulièrement du cannabis/shit, mais il y a 5 semaines je me suis rendu compte à quel point de stagnait dans ma vie et j'ai voulu arrêter à tout prix. La première semaine c'est bien passé malgré les écart et c'est la que j'ai subbit une rupture inatendu avec mon ex. Je l'ai mal vécu mais j'ai pas voulu m'arrêter sur ma lancée. Naïvement j'ai commencé à gobber/sniffer de la morphine des que j'avais envie de m'enfumer la tête et ça marchait pas trop mal.
Donc ça fait environ 4 semaines que je prend quelque dose parci par la, sans en parler à personne. Mais voilà, hier je me suis rendu compte du problème quand j'ai littéralement péter un câble sur une amie car elle n'est pas présente. Après m'être remise en question, je lui ai dis mon soucis mais elle fait un silence radio..
Je me retrouve dans une merde encore pire qu'avant. J'ai plus aucune personne proche de moi pour m'en sortir, je n'ai pas de travail, pas d'avenir, je suis bloqué dans mon monde, je me sent tellement seule face à tout ça à cette heure ci..
Peut être que juste quelqu'un qui discute un peu avec moi pourrais m'aider à être au moins un peu moins dépressive face à tout ça.

10 réponses

Profil supprimé - 06/05/2016 à 20h55

Pitier que quelqu'un m'aide, si même ici aucun conseiller ne me répond sur le chat ou ici, c'est vraiment que j'ai plus qu'à me laisser mourir..

Profil supprimé - 07/05/2016 à 10h31

Salut ! Déjà le fait que tu viennes en parler sur ce forum montre que tu veux t'en sortir et c'est primordial. Je vais te donner mon point de vue sur ton problème. Alors je pense que tu as conscience qu'essayer d'arrêter la conso de drogue en la remplaçant par une autre est vraiment une très mauvaise idée. Dans ta situation, je te conseille de couper completement ta conso de morphine et t'y habituer. Ensuite tu pourras arreter le cannabis. Ce qui faut que tu gardes en tête c'est qu'il faut le faire étape par étape. C'est comme quand tu veux reprendre le sport et que tu te mets à essayer de courir 10km : c'est impossible de le faire sans étapes. Donc tu vas d'abord courir 2km tt les semaines, puis 5 deux fois par semaine...et y a que comme ça que tu arriveras à tes objectifs. Un autre conseil que je peux te donner c'est de t'entourer de personnes. C'est vraiment HYPER

important que tu ais des personnes là pour te soutenir. Venir parler sur ce forum est déjà une chose de bien, mais il fut aussi que tu t'entoure de personnes physiques, autre que celles que tu vois en soirée. J'ai cru comprendre que tu as un peu coupé les ponts avec tout le monde.Tu peux essayer de rencontrer des personnes ayant un pb d'addiction, ppur que vous vous souteniez mutuellement. Sinon tu aurais pas une passion en particulier ? Le dessin, le sport, la lecture ? Il faut que tu arrives à trouver de la satisfaction dans une autre activité que la conso de drogue. Voilà, sinon si le pb persiste vraiment, je connais une super assos qui te permets de t'éloigner des drogues en te proposant un boulot, avec pleins d'autres personnes, dans la nature et tout c'est vraiment génial, dis moi si tu veux plus d'infos. Bon tiens moi au courant, et surtout DU COURAGE !!

Profil supprimé - 07/05/2016 à 22h33

Courage essaye de stoper

Profil supprimé - 08/05/2016 à 14h41

Bonjour,

Je comprend a quel point cela est difficile pour toi, car moi aussi j'ai été sous l'emprise de la drogue.
Voici les meilleurs conseils que je puisse te donner: d'abord il ne faut pas désespérer si tu fait une rechute car la clé du succès c'est de ne jamais abandonner même si tu fait des rechutes (et j'en ai fait pas mal), céder n'est jamais une fatalité tant que tu réessaye encore et encore tu finiras par y arriver (cela demande du temps, et il ne faut pas se mettre la pression), la volonté et la force de s'arrêter s'entretient (c'est comme pour la musculature).
Et sache que c'est déjà une victoire le fait que tu ai pris conscience de ton addiction (car cela te donne la possibilité de t'en sortir), ensuite pour peux aller un psychologue (ils seront mieux te conseiller que moi, et peuvent mettre en place une aide pour toi), tu peux d'abord commencer a en parler avec ton médecin généraliste (il peut te donner des adresses de psy, je pense que cela peut être plus facile pour toi, si tu as de la réticence a voir un psy, il peut t'aider dans le domaine des addictions).
Mais le mieux est que tu parle et aille rencontrer des professionnelles en personne.
J'espère que cela va t'aider et crois moi tant que tu n'abandonne pas tu t'en sortira.

Cordialement.

Profil supprimé - 08/05/2016 à 21h51

Salut,je suis a peu près dans la même situation. Je sais cque ca fait d avoir tes amis,tes proches qui te tournent le dos, qui en plus se mettent a te juger Si tu veux toujours en parler fais moi signe. Bonne soirée!

Profil supprimé - 09/05/2016 à 21h43

Merci énormément pour vos réponses, ça m'a fait beaucoup de bien de lire tout ça.
Je ne fais que tanguer entre moment dépressif et les moments où je me sent motivée de reprendre ma vie en main, et ce, plusieurs fois par jour. On m'a dit que c'était l'un des effets d'avoir stopper ma conso de cannabis.. D'ailleurs je suis très fière de moi car ça va faire une semaine que j'ai pas toucher à un joint demain. Ça ne m'était pas arrivée depuis tellement longtemps.. Ça me motive beaucoup, et je reprend mon énergie, et surtout, je recommence à rêver la nuit (du moins a m'en souvenir) et j'ai envie de bouger de chez moi avec le beau temps !
Quant à la morphine, j'en ai plus du tout depuis hier, du coup je suis obligé de stoppée (je ne compte pas en

racheter car je ne compte pas fréquenter les milieu ou j'en trouve jusqu'à me sentir sevré
Une amie à moi ma donné un très bon conseil que je tien à partager : pour me motiver, je me dis "je ne fume pas avant tel date pour tel événement (ou elle sera présente) du coup j'attend, ça fait l'effet de la carotte avec l'âne sur moi, ça marche très bien, et après on recommencera avec encore + de temps entre les prise, jusqu'à que se soit vraiment occasionnel.
Malgrés les fois où je suis ennervé par les manques, ou que je me sent triste, j'ai l'impression de sortir lentement de se cauchemar..
Vraiment, encore merci pour vos réponses, ça me fait chaud au coeur, parfois la gentillesse des gens gratuite et les bons mots on + d'impact que n'importe quel professionnel. Quand tout ira bien dans ma vie, j'hésiterai pas à venir soutenir les personnes sur se forum et les conseillers comme on l'a fait à mon égard
Bon continuation tout le monde.

Yonam, cet assos m'intéresse vu que je suis aussi sortie du bac depuis peu et que je fais rien depuis un an, ça peut être une belle alternative pour deux de mes problème ^^

Profil supprimé - 10/05/2016 à 14h15

Salut ! Je suis super contente que ça aille mieux pour toi, surtout n'oublies pas que le plus important sera de garder tes objectifs en vue si tu as des rechutes. Il faut que tu te rende compte à quel point tu sera fière de toi une fois que tu auras réussi. Pour l'assos dont je t'ai parlé ça s'appelle le Cenacolo. Il me semble qu'ils ont plusieurs maisons, en France et en Italie. C'est plutôt axé catho mais en vérité ça l'est beaucoup moins que ça en à l'air. J'ai rencontré deux personnes qui avaient vécu au cenacolo pendant un certain temps le temps d'être sevrés complètement et retourner à leur vie normale. Après ça dépend de chaque personnes, certaines y restent plus longtemps que d'autre. Là bas ils t'apprenne plusieurs choses, et tous le monde le monde vit en communauté carrément autonome. J'ai rencontré deux personnes qui y avaient été et ils étaient super content de cette expérience qui leur à permis d'ouvrir les yeux et prendre leur vie en main. Voilà c'est tout ce que je sais par rapport à ça mais si tu veux d'autres infos demande moi

Profil supprimé - 11/05/2016 à 06h07

Salut

Bravo pour ton courage, c'est jamais facile de se décider d'arreter et de plus toucher à rien.
Moi aussi avant j'étais dans la codeine et la morphine, je sais ce que tu peux endurer.
Pour te motiver marque sur une feuille chaque matin depuis combien de temps tu as arrêté, visualiser ce que tu as accompli ne pourra que t'aider

Essaye de faire des activités qui te fatigue pour éviter les insomnies et retrouver un rythme de vie normal.

Bon courage :p

Moderateur - 11/05/2016 à 14h23

Bonjour Alexx699,

Si une prise en charge par une communauté thérapeutique vous intéresse, sachez que notre rubrique "Adresses utiles" répertorie les communautés reconnues et financées par l'Etat. Dans "Adresses utiles" entrez votre département et cliquez sur "envoyer". Cliquez ensuite, dans la ligne qui commence par "Soins résidentiels collectifs - environnement", sur "environnement rural" ou sur "environnement urbain" en fonction de votre préférence. Vous trouverez ainsi plusieurs communautés en France (il n'y en n'a pas dans

tous les départements et par conséquent des lieux ailleurs peuvent vous être également proposés).

Adresses utiles : http://www.drogues-info-service.fr/Adresses-utiles

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 11/05/2016 à 19h13

Salut, je suis très content pour toi, ça me fait vraiment plaisir de voir que tu vas bien, et aussi que tu ais quelqu'un dans ton entourage proche sur qui tu peux compter.
Je suis sûr que tu vas réussir.

Cordialement,

Joie.