© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Mon amie sombre dans la drogue, comment l'aide à s'en sortir ?

Par Profil supprimé Postée le 13/09/2016 20:48

> Depuis quelques mois je vois une amie sombré dans la drogue peu à peu, je suis inquiète pour elle. Je ne croyais pas à ça dépendance jusqu'à aujourd'hui, où lors d'un cour elle ne s'est pas sentie bien (tremblements, pâleur, gorge séche etc...) c'est à ce moment là où je me suis rendu compte qu'elle était réellement dépendante. Alors je suis allée la voir et je lui est expliquer que j'avais compris se qui lui était arrivé. Elle m'a expliqué que j'avais raison, et que certains de ses amis lui tourner le dos car il ne voulais pas la voir comme ça, se qui lui fait beaucoup de peine. Je lui est proposé mon aide et elle a accepté, elle est consciente qu'il faut que ça change. Je veut vraiment envie de l'aider mais je ne sais pas comment y parvenir, si vous avez des idées merci de les partager.

Mise en ligne le 15/09/2016

Bonjour,

Nous manquons d’éléments sur la situation de votre amie, ses difficultés, ses habitudes de consommation. Vous ne dites pas quelle est cette drogue qu’elle prend, quel usage et elle en fait et pourquoi elle l’utilise. Ce sont des éléments importants pour tenter d’appréhender au plus juste la problématique globale d’une personne en situation d'addiction.

Quoi qu’il en soit, nous comprenons que l’état de cette amie vous inquiète et que vous souhaiteriez pouvoir lui proposer quelque chose. Il semblerait, et c’est encourageant, qu’elle ait accepté votre aide, mais il faudrait que vous lui demandiez ce qu’elle attend de vous exactement. Elle seule peut vous dire de quoi elle a besoin pour que les choses changent et comment éventuellement vous pouvez l’aider à cela.

Vous pouvez peut-être l’informer de l'existence de lieux de consultations spécialisés pour les jeunes, on appelle cela des CJC (Consultations Jeunes Consommateurs), où elle pourrait être reçue de manière individuelle, confidentielle et gratuite par un professionnel. Ce serait l’occasion pour elle de faire le point sur ses consommations, sur les difficultés qu’elle rencontre et d’être épaulée, soutenue, conseillée dans la résolution de ses problèmes.

Il existe des CJC partout en France et il est facile de retrouver leurs coordonnées via la rubrique « Adresses utiles » de notre site dont nous vous joignons le lien ci-dessous.

Nous restons bien sûr disponibles si vous souhaitez revenir vers nous avec plus d'éléments pour échanger plus précisément sur ce qui se passe pour votre amie. N'hésitez pas à lui transmettre nos coordonnées pour qu'elle puisse, de son côté, envisager de nous contacter directement. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ainsi que par Chat de 14h à 2h.

Cordialement.

En savoir plus :

- "Adresses utiles"