© Drogues Info Service - 27 novembre 2026

Forums pour les consommateurs

Arrêter La drogue, Ét les amis dans cette démarche ?

Par Profil supprimé Posté le 23/10/2016 à 17h21

Bonjour à tous!!! Je suis en recherche d'expérience pour m'aider a avancer dans ma démarche d'arrêt de la drogue Ét les changements que cela apporte dans ma vie.

Ma petite histoire: j'ai commencer à consommer il y a maintenant 3 ans et demi pendant des soirée avec de "nouveaux amis" en boîte, md, exta, mephedrone, 3mmc ... Ét au bout de 6 mois ma consolation est passé de 1 fois par mois à tout les week end, puis la drogue a rejoint des soirée de sexe à plusieurs, toujours en prise par Snif ou parachute.
Tout cela ce passé bien, travail la semaine, week end prise de prod... Je m'éloigner de mes vrai amis que je voyait donc bien moins car je voyait mes "nouveaux amis" des amis de produit...
Puis il y a 1an et demi on m'a proposer pendant une soirée sexe à plusieurs de me faire un Slam de 3mmc, c'est à dire une injection intraveineuse de drogue 3mmc qui a pour effet de te faire partir dans un autre monde Ét de te donné une envie animal de sexe. J'ai donc accélérer cette prise de drogue meme en semaine, je suis allée plus d'une fois a taff encore un pe défoncée, jusqu'au jour où je suis arriver complètement défoncer, par chance mes responsable n'était pas arrivée Ét c'est ma collègue de taff qui ma foutu dehors, elle avait compris... Je suis rentrer chez moi. Le lendemain j'ai craquer, j'ai parler de cela a un ami. Car bien sur aucun de mon groupe d'amis qui ne consomme pas n'étais pas au courant de ma consomation mais qui voyaient bien que plus Ca aller plus je m'éloigné eux tous.
Depuis ce jour j'ai ralenti ma consommation, une prise par mois en moyenne, (c'est déjà une victoire pour moi) je me fait suivre par une psy tout les mois.

Aujourd'hui j'ai encore peur de ne pas arriver a m'en sortir j'ai besoin de soutiens.. J'ai le soutient de ma psy Ét d'un de mes amis, Ét ma collègue de taff (qui m'a sauvé Ét évité de perdre mon taff). Je cherche le soutien de ma famille et de mes autre amis mais je ne peut pas leur raconter tout cela, j'ai peur de leur jugement... C'est eux qui m'éloigne d'eux car certaine fois je ne veut pas les voir car je ne vais pas bien (le manque de prôd) ou Ca m'arrive de leur faire des faut plan pour aller me défoncer la gueul un samedi soir.
Comment leur demander leur soutiens Ét qu'il accepte mes changements d'humeur, encore quelque temps Ét j'irai mieux... J'ai descendu pendant 3 ans le tourbillon Ét Ca fait 6 mois que je remonte le tourbillon Ét je ve revenir au calme... Mais ca se fait petit à petit ...
Comment trouver encore de la force j'ai besoin de mes amis !

1 réponse

Profil supprimé - 29/10/2016 à 05h47

Salut,

Je sais très bien combien la 3MMC peut t éloigner de ta vie normale et combien ça fait souffrir de se sentir déconnecté de ses amis. Je slam la 3MMC depuis 4 ans et demi et malgré des suivis chez addicto et psy, je n'arrive pas a m en sortir complètement. Avant de slamer, je prenais toute sorte de drogue dans le contexte sexuel mais la barrière de l injection etait solide car je voyais ce geste comme trop violent. Et un jour un mec m'a proposé pendant un plan. J ai dit "non" evidemment mais une fois que j etais déshinibé, j'ai cédé et depuis je déteste ça autant que je l'adore. Ça m'a fait m'eloigner de mes amis aussi et je compatis là dessus car je sais combien on peut voir les jours défiler entre le moment où tu fantasmes à l'idée d'en prendre, le moment ou tu le fais et le moment ou tu commences à t'en remettre il peut s'écouler 5 à 10 jours !! Des jours qui te sont retirés, où t'as pensé qu'a une chose : la 3MMC. Pendant ce temps là tes amis vivent leur vie et tu loupes des opportunités de passer des bons moments avec eux. Je compatis aussi par rapport à ton taf, j'espère que t as pas trop de mal a affronter le regard des collegues parce que ça peut être source de stress.
J'ai malheureusement pas de solution pour toi mais des conseils : ne t'en veux pas. La honte et la culpabilité sont des émotions qui fragilisent et provoquent du stress et te donnera qu'une envie : fuir en reconsommant. L'addiction est une maladie et il faut la présenter et la traiter comme telle. Tu as besoin de tes vrais amis pour t'en sortir, c'est vrai. Essaye de parler progressivement à tes amis les plus proches et d'avoir un suivi plus régulier que seulement une fois par mois. Dans les grandes villes il y a des centres d accompagnement, renseigne toi!
Par contre, tu sais que ce sont des produits forts que tu prends donc malheureusement, chaque fois que tu reconsommes, tu te reconnectes aux sensations positives de la drogue et ça va fragiliser ta motivation. Tiens nous au courant de tes progrès !

Bon courage à toi!