© Drogues Info Service - 27 novembre 2026

Forums pour les consommateurs

SOS je n'en peux plus

Par Profil supprimé Posté le 19/11/2016 à 09h50

je craque depuis quelque temps je veux m'en sortir mais impossible. Je suis addict depuis une 15 années et je m'enfonce de plus en plus. J'ai peur de perdre mon appart, je ne paie plus rien, ne voit plus personnes et j'ai l'impression de ne plus avoir envie de rien. C'est comme si j'avais abandonné, je me laisse complétement sombrer alors je pense que de parler avec d'autres personnes pourrait peut etre me donner un peu de force. J'ai un peu plus de 40 ans et j'ai l'impression que ma vie est fini.

2 réponses

Profil supprimé - 27/11/2016 à 13h19

Salut tu consomme coi ?

Moderateur - 30/11/2016 à 16h46

Bonjour David du 54,

Votre vie n'est certes pas terminée et vous retrouverez le goût à beaucoup de choses lorsque vous aurez arrêté. Mais avant cela il va falloir que vous repreniez confiance en vous et que votre estime de vous-même remonte un peu Déjà, et c'est bien, vous voulez vous en sortir !

Quittez cette idée que c'est impossible. Cela l'est à vos yeux dans le moment présent mais c'est précisément en créant du lien autour de vous que vous allez dépasser ce cap. C'est donc aussi une bonne idée de souhaiter que d'autres personnes vous répondent ici et que vous entamiez une discussion. Malheureusement pour l'instant il n'y a pas eu grand monde. Cependant déjà, si vous répondiez à Matheo cela aiderait

Lorsqu'on estime qu'une chose est "impossible" c'est souvent parce qu'on n'y arrive pas soi-même et qu'on a besoin d'aide. Je vous recommande donc (mais je conçois que la démarche puisse être difficile) de prendre rendez-vous avec un Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (Csapa). C'est gratuit et les professionnels qui y travaillent pourront vous aider à retrouver un mieux-être, bien avant même d'arrêter et même au cas où vous ne le souhaiteriez finalement plus. Remettez-vous sur les rails en prenant rendez-vous. Vous trouverez les coordonnées du Csapa le plus proche de chez vous dans notre rubrique "Adresses utiles" : http://www.drogues-info-service.fr/Adresses-utiles

Et si vous avez envie d'en parler sans jugement, en toute confidentialité et anonymement, n'hésitez pas à appeler notre ligne d'écoute: 0 800 23 13 13.

Cordialement,

le modérateur.