© Drogues Info Service - 28 novembre 2026

Forums pour les consommateurs

Besoins de parler de ma conso de Cc

Par Profil supprimé Posté le 24/03/2017 à 23h29

Bonsoir à tout le monde
Alors voila je sais pas trop si vous pourrez m'aider mais j'ai besoin d'en parler avant que la situation ne s'empire... Alors voilà depuis le debut de l'année je consomme de plus en plus de cocaine, pour que vous compreniez il fous que vous sachiez que il y a 4 ans pendant presque 1 an j'ai Fumé la cocaine en la basant donc ce qui fait du crack, je vous apprend rien... J'ai reussi a arrêter du jour au lendemain ... Et du coups la depuis le debut de l'année je re consomme de la cocaîne en sniff j'ai commencé en soirée, des fois avec des potes et franchement je gerais c'etait vraiment que a l'occas et la j'ai l'impression de m'enfoncer j'en prend toute seule pas tout les jours mais sa m'arrive et je veux pas m'enfoncer , je veux que sa redevienne vraiment occasionellement parce que la quand je la prend seule je me culpabilise trop cest horrible et a chaque fois que j'ai terminer le demi que j'ai acheté je me dis qu'il faut que j'arrête, que sa sert a rien puis sa coute cher mais j'arrive pas a me raisonner moi meme souvant je craque et part acheter mon petit demi une fois que je l'ai acheté je me sens bien et aussi je me dit que il faut pas que je le termine d'un coups il faudrait que je puisse faire plusieurs jours avec mais j'y arrive pas une fois que j'ai pris une trace j'arrive plus a m'arrêter et je fini le demi dans la nuit, c'est nul, sa sert a rien je sais mais c'est plus fort que moi et chaque fois apres je m'en veux, c'est toujours pareil !! Qu'est ce qu'il faut que je fasse je suis perdue vraiment, je m'en veux terriblement et je veux surtout pas recommencer comme avant !! SVP j'ai besoin de vos temoignage, de votre aide SVP !

Merci a ceux qui m'ont lu et me répondrons !

Bonne soirée a vous ! Tchuuuss

4 réponses

Profil supprimé - 27/03/2017 à 11h11

Bonjour Stello ,
Tout d'abord sache que je suis dans le même cas que toi et suis en plein sevrage depuis la semaine dernière. Pour essayer de t'aider je vais t'expliquer les moyens que j'ai mis en oeuvre pour m'en sortir. Il faut déjà que tu essaye de te fixer des limites ou même carrément des barrières, si tu veux que cela reste festif et occasionel fixe toi une règle d'or qui sera déjà "ne pas consommer seule" car la cocaïne cest très vicieux, et cette envie de "reviens-y" est amplifié lorsque tu consomme seule. Essaye de consommer uniquement le samedi soir avec tes amis et la semaine reste clean, bon je sais que cest plus facile à dire qu'à faire mais essaye
Je te conseil aussi de prendre rendez vous dans un csapa il y en a dans toutes les grandes villes et cela reste anonyme bien sûr. Est ce que ton entourage, famille, peut t'aider également dans ta démarche ? Je reste a ta disposition pour toute question

Profil supprimé - 29/03/2017 à 23h28

Je vis la meme situation consommatrice dependante il y a quelques annees j'ai reussi a m'en sortir seul du jour au lendemain et depuis plusieurs mois je suis en gros retombe dedans recommence a sniffer pour me remettre a fumer je suis completement perdue paume bon courage sincerement dans votre demarche pour arrêter j'aimerai aussi y arriver mais je ne sais meme pas si j ai la force pr ca

Profil supprimé - 05/04/2017 à 06h28

Déjà il n'y a pas d'occasionnel si tu arrête tu arrête , mais tu peux surtout pas dire si tu veux que sa redevienne occasionnel. Car il y a forcement un jour où il ne fera pas beau où tu va te faire chier et l’occasionnel redevient quotidien. Peace

Profil supprimé - 19/04/2017 à 16h36

Bonsoir nicow57 merci pour ton témoignage je me sens moins seule c'est ce que j'essaye de faire que ce soit juste festif mais c'est tellement bon mais la faut que je sois forte pour pas retomber dans ce cercle plus que vicieux... Mais la sa va j'essaye de pas être seule même si des fois je kiff me faire une ptite pipe de crack de temps en temps mais pour me motiver j'essaye de penser aussi à avant et je veux surtout pas retomber comme avant c'est claire c'est ce qui me motive le plus... ET LUnali je te comprends totalement. Aussi car je me suis re mise à la basé et c'est la grosse merde courage à toi sois forte même si je sais que c'est facile à dire .... En tout cas merci à vous bonne soirée