© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

La dépendance

Par Profil supprimé Postée le 23/04/2017 08:39

Bonjour,

Cela va faire 4 ans que je consomme de la cocaine de maniere aleatoire sauf les premiere mois de ma consommation ou j'en ai consommer pas mal puit par la suite faute de moyen dans un premier temps j'ai commencer a espacé ma consomation par periode de 3 mois environs puit je me suis marié et la je me suis abstenue dans consommer pendant presque une année puit jai rechuté entre 1 et 2 gr tout les 3 mois voirs 6 mois car je me batter pour ne pas rechuter mais voila que sa fait 3 ans que cest comme sa je ne voit pas d'amélioration et je commencer a me dire si je suis pas réellement dépendant chose que jai refusé d'accepter me disant que la rechute faisait partit du processus de guerison et a l'heure ou je vous ecrit j'en ai consommer 3 gramme en 1 semaine chose que j'ai jamais faite et la sa m'inquiète... j'aimerai etre éclaircie sur ques es ce que la dependance et surtout comment men sortir jai vue qu'il y avait un centre contre les adictions a proximité de chez moi dois je me tourner vers eux ou vers d'autres service.

Merci de votre soutient.

Cordialement.

Mise en ligne le 26/04/2017

Bonjour,

Vous vous posez des questions quant à votre consommation de cocaïne, et cela vous inquiète. Vous vous demandez si vous êtes dépendant ou pas.

On parle de dépendance lorsque le fait de s'abstenir de consommer est devenu compliqué, voire impossible. Ne pas consommer génère un malaise, un mal-être, de la souffrance. Il est alors important de se questionner sur la relation que l'on entretient avec le produit, de réfléchir aux raisons pour lesquelles on en a "besoin", ce à quoi il sert, ce en quoi il aide...

Pour cela, vous pouvez bien sûr vous faire aider par des professionnels. Les Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) sont les lieux adaptés. Vous pourrez y bénéficier d'une écoute et d'un soutien de ces professionnels (médecin, psychologue, travailleurs sociaux...);les consultations sont anonymes et gratuites.

Vous pouvez donc contacter celui proche de chez vous. Vous pouvez aussi consulter les autres adresses de votre département via le lien proposé en fin de message.

Pour d'autres informations, ou tout simplement pour en parler, vous pouvez nous contacter au 0800 23 13 13 (Drogues Info Service, appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, tous les jours de 8h à 2h du matin) ou par chat, tous les jours, de 14h à minuit.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service
- Comment savoir si j'ai un problème ?