© Drogues Info Service - 27 novembre 2026

Forums pour les consommateurs

Je crois avoir besoin d aide

Par Profil supprimé Posté le 19/10/2017 à 00h29

Salut j ai presque honte de moi à mon âge car je consomme des speed tous les jours et je me dis je vais arrêter demain mais lendemain encore demain j ai vraiment besoin conseil comment faire pour arrêter

2 réponses

Profil supprimé - 29/10/2017 à 20h08

Je suis dans la même situation que toi sauf que je consomme de la cocaine en particulier. Je me dis tout les jours que je veux arrête mais à chaque fois je craque et je trace. C’ets Tout les jours la même chose et je n’en szis ps comment faire vraiment. Aidez moi si vous avez des conseils.

Moderateur - 15/01/2018 à 10h49

Bonjour Jocelyne et Carline,

L'addiction au speed ou à la cocaïne provoque tout à fait ce que vous décrivez : on voudrait vraiment arrêter mais on ne le fait pas. Cela semble "hors de portée" et la tentation l'emporte chaque jour.

Lorsqu'on n'arrive pas à régler un problème tout·e seul·e c'est qu'il est très certainement temps d'essayer de se faire aider.

Je ne peux que vous recommander de mettre votre problème sur la table avec un·e profesionnel·le d'un CSAPA (Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie). Vous bénéficierez alors d'un accompagnement gratuit pour fixer votre objectif et essayer de l'atteindre. Lorsque vous arrêterez vous serez en outre prises en charge pour gérer les symptômes qui pourraient vous faire rechuter. Enfin vous aurez un·e interlocuteur·trice si vous êtes tentées d'en reprendre ou si vous en reprenez. Cela aide à ne pas rechuter ou à être aidé de nouveau rapidement en cas de rechute, ce qui reste la meilleure chose à faire dans ce cas de figure.

Pour trouver le CSAPA le plus proche appelez notre ligne d'écoute ou consultez notre rubrique adresses utiles : http://www.drogues-info-service.fr/Adresses-utiles

Le modérateur.