© Drogues Info Service - 29 novembre 2026

Forums pour les consommateurs

Comment en sortir vraiment

Par Profil supprimé Posté le 23/01/2018 à 12h51

Aujourd'hui j ai pas encore 32ans , je suis partie de chez mes parents à 14 ans, je suis devenu toxicomane a 15 ans puis polytoxico a 16 ans j ai voyagé pendant plus de 8 ans , Hollande, Italie, Espagne, suisse, Angleterre, Irlande,Turquie,Grèce, Iran, Pakistan,Maroc,Algérie...
A 23 ans j ai enfin pris la décision de me bougé 6 mois de post
A24 ans j étais a mon compte , a 25ans je tombais enceinte
A 26 ans j étais MAMAN
Persuader avoir tourné la page je jouais mon rôle de femme parfaite
Mon homme et moi on est commerçant ont bosse avec les touristes toute l année
6 mois a la montagne et 6 mois a la mer
Un vrai plaisir d être entouré de saisonnier en mal de sensations fortes , il y a 2 ans j ai commencé à tapé un peu de coke
Et maintenant je tape trop régulièrement plus l alcool casi quotidien
Je me dégoute je culpabilise .... mais putin j ai l impression de de ne plus avoir la force de me relever de tout ça 10h de taf par jours les employés les commandes la compta les enfants (mon homme a un 1er enfant qui est tous le temps chez nous)
Je ne peux en aucun cas tous claqué pour un sevrage et en même je me rend compte que cela va être vraiment très dur
Mon homme n est pas au courant de tout et pense que ça va beaucoup mieux mais réellement je suis entrain de sombré

.....

3 réponses

Profil supprimé - 24/01/2018 à 09h14

???????!!!!!
Aucune idée, aucune aide ....
Je me rend compte que même les personnes vivant des choses semblables , ne peuvent apparemment pas me donner de pistes !!

Moderateur - 24/01/2018 à 11h42

Bonjour Stety,

Ce qui est déjà bien c'est que vous ayez conscience de tout cela. Vous avez peur de ne pas y arriver et vous avez beaucoup de contraintes qui à la fois soutiennent votre consommation (la coke pour tenir le coup) et d'un autre côté empêchent le soin.

Il n'est pas indispensable de sacrifier trop de temps à l'aide que vous pouvez recevoir car les CSAPA (Centres de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie) reçoivent en ambulatoire et sur rendez-vous. Avec un peu d'organisation, en déléguant certaines tâches vous pouvez sans doute dégager suffisamment de temps pour vous rendre à ces rendez-vous.

Vous y rencontrerez des professionnels qui vont vous aider à faire le point et voir ce que vous pouvez faire pour arrêter tout ça compte tenu de vos contraintes actuelles. Il vous accompagneront ensuite jusqu'à ce que vous y arriviez vraiment voire au-delà.

Vous trouverez le CSAPA le plus proche en appelant notre ligne d'écoute (0 800 23 13 13, gratuit, ouverte de 8h à 2h tous les jours) ou en utilisant notre rubrique "adresses utiles" :
http://www.drogues-info-service.fr/Adresses-utiles

Comme vous êtes saisonnière, si vous entamez un suivi dans un CSAPA à la montagne il sera nécessaire d'anticiper un relais dans un CSAPA à la mer une fois que vous changerez de région. Ce relais peut se faire par votre propre initiative pour par l'intermédiaire du CSAPA qui vous suivra.

Comme vous avez déjà eu un ancien parcours avec les drogues et que vous vous en êtes sortie, ayez confiance en vos ressources pour y arriver. Par contre il est vrai que la cocaïne est assez piégeante car son addiction désarme la volonté de s'en sortir. L'aide professionnelle est, dans ce cas là, très recommandée.

Enfin, on s'en sort toujours mieux si on est capable de parler de son problème autour de soi. Votre compagnon est aussi là pour vous aider, ne serait qu'en allégeant votre charge de travail mais aussi en vous soutenant dans votre combat. Si ce n'est pas votre compagnon cela peut être bien entendu d'autres proches.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 04/02/2018 à 02h45

Bonsoir je recherche quelqun pour parler des différentes drogues ? La cocaine , l'héroïne et tt