© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

La 3 mmc m’emporte

Par Profil supprimé Posté le 19/05/2018 à 23h10

Je sens que je pars en couille avec la 3 mmc

Au début c’ztait occasionnel mais depuis 2 semaines c’est quotidien,

Sans elle je n’ai goût à rien ni aucune envie

Avec elle au début je me sens au top puis a la fin comme une merde

2 réponses

Profil supprimé - 03/06/2018 à 00h21

Bonjour,

C’est déjà une bonne Chose d’en prendre conscience.
Mon meilleur ami est dans la même situation, et ça va de plus en plus mal. Personnellement j’en ai jamais pris, j’ai déjà pris la c et la d. Je pense que la 3mmc est ce qu’io Y a de pire surtout en descente. 2 jours après, la descente met dans un état pire que jamais.
Le premier pas c’est de reconnaître que ça n’est pas bien pour toi, ce que t’as l’air d’avoir réalisé. Donc t’es en bon chemin.
Maintenant, il faut que tu réfléchisse à ce que y veux faire de cette prise de conscience. As-Tu envies d’arreter Et de te faire aider à y arriver. Dans ce cas tu peux-tu commencer par appeler drogues info service, ils sont très réactifs et sauront mieux t’aider que nous tous ici. Tu pourras alors petit à petit réduire ta consommation, voir un psy ou un addictologue ou quelqu’un qui peut t´aider et te soutenir dans ton rétablissement.

Le plus important c’est que tu sache que tu blés pas seul dans cet état, que tu peux arrêter, que tu peux y arriver et que d’autres l’ont déjà fait. Tu peux y arriver. Mais c’est à toi de décider, personne ne peut t’aider si tu ne t´aide pas même pour commencer.

N’hesite Pas à revenir sur ce forum pourquoi du soutien. L’avantage de ce forum, c’est que tu peux parler anonymement et nous sommes tous là pour avoir de lnaide de en se soutenir au mieux.

Bon courage

Moderateur - 12/06/2018 à 14h54

Bonjour Marco75004,

Oui la 3MMC peut vous emporter dans une compulsion à consommer qui peut avoir des conséquences graves. Je suppose que cette 3 MMC est aussi consommée dans un contexte sexuel ?

Si tel est le cas sachez que vous pouvez aussi prendre conseil et trouver des ressources auprès de AIDES et notamment son groupe Facebook "info chemsex (by Aides)" et sa ligne d'écoute Chemsex : 01 77 93 97 77.

Même si vous ne souhaitez pas arrêter ou que vous ne vous en sentez pas le courage Aides peut vous donner des conseils de réduction des risques et vous aider à trouver un soutien.

Sinon les conseils de Justmegain sont très appropriés. Nous pouvons, à Drogues info service, vous donner les coordonnées de centres de soins spécialisés où vous rencontrerez des addictologues.

Ne restez pas seul. Nous sommes à votre écoute.

Bien cordialement,

le modérateur.