© Drogues Info Service - 8 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

Héroïne depuis 12 ans, metha depuis 5 ans mais jarrive pas a arrêter la came... helo

Par Profil supprimé Posté le 30/05/2018 à 20h29

J'ai consommé pour la 1ere fois a 22 ans jetais propriétaire d'un bar et naïve... j'ai aujourd'hui 35 ans (je nai tjs que sniffer jalais piquer). Jen ai marre ma vie est gâchée, je ne fais rien de mes journées je suis triste... je n'arrive pas à arreter meme avec la methadone.. mon envie est tjs aussi grande.. je prends entre 60 et 100 de metha par jour.
Jen peux plus, jai mis mon mec avec qui je suis depuis 7 ans dedans... il en avait jamais pris avant moi et la il sniffe autant que moi. Je me sens comme une merde.. un dechet de l'humanité...
Je n'arrive pas à garder un taf ni a aller voir mes amis... ma vie cest mon appart, mon chat et mon mec quand il rentre le soir.. et la came bien sur.. jen peux plus je craque... aidez moi...

2 réponses

Profil supprimé - 31/05/2018 à 14h35

Bonjour, je suis un ancien addict. Arrêter cette merde c’ Vraiment difficile mais possible. Être tout les deux dedans ajoute de la complexité, mais vous pouvez aussi vous entre aider. Si tu veux arrêter la première étape est de détruire tes contacts en rapport avec la came et ne plus fréquenter de personnes qui y touche. Je sais c’e Dur mais indispensable. La deuxième parler avec ton médecin et augmenter la méthadone, si tu prend 100 régulièrement tu devrais normalement ne plus sentir la came et fatalement ne plus en avoir envie, sauf si elle est très forte auquel cas augmente la dose de méthane au besoin. Tu verras que une fois bien dosé avec des prises régulières et sans faire d’ecarT(compris came et coke) on retrouve vraiment une vie normale. 3 eme étape c’ La remise en question. En effet le produit n’ est Que le résultat d’un problème. Souvent on pense que sens le produit tout irais mieux mais on retourne à la recherche d’un effet défonce car on a toujours ce foutu problème qui n’est pas règlé. Pour rêgler ce problème il va falloir écrire ça aide beaucoup à discerner et à comprendre se qui ne va pas et petit à petit a force de volonté tu r’en Sortira. La 3ème étape prend du temps et demande beaucoup de réflexion pour avoir fait se travail sur moi je sais de quoi je parle!

Profil supprimé - 01/06/2018 à 17h58

Je n'ai plus aucun pote qui prend de la came car jai déménagé il y a 6 ans a Paris (je viens du sud), donc y a que mon mec et moi qui tapons...
Le problème aussi cest que je fais que dormir.. je me couche a 3h du mat et jpeux me reveiller a 19h le soir.. alors que mon mec lui il travaille (avec de la metha). Moi jarrive meme pas a sortir de chez moi et jpense que a ca cest devenu une habitude, tous les soirs 2 grammes a 2 (enfin ici cest des 0,70 et pas des 1g).

Et le pire cest que jvois plus mes amis, jme lave pas tius les jours, jme maquille plus... bref la jen peux plus..
Mon docteur est top mais je partage ma metha avec mon mec et ca mon doc le sait pas donc on partage les 120/jours.. 60 cest pas assez mais meme a 120 jen ai envie
Tas eu trop de force franchement... je sais pas comment faire