

Vos questions / nos réponses

# Arrêter la cocaïne

Par [Profil supprimé](#) Postée le 18/06/2018 07:51

Bonjour pourriez vous m aider à arrêter la cocaïne svp je n en peut plus

---

**Mise en ligne le 20/06/2018**

Bonjour,

Nous comprenons une volonté de mettre un terme à votre consommation de cocaïne mais aussi une difficulté à y parvenir seule.

Vous dites peu de choses sur votre consommation (antériorité, évolution, fréquence) ni ce qui vous a conduit à consommer et ce qui vous motive aujourd'hui à y mettre un terme mais il est important de savoir qu'il est possible d'arrêter un produit seul.

Pour cela, il est utile de réfléchir à ce que vous attendez du produit, la place que vous lui accordez afin de pouvoir répondre à ces besoins différemment. En fonction des habitudes de consommation, certains symptômes liés au sevrage peuvent apparaître, leur intensité comme la durée varient d'une personne à l'autre et il est important de les anticiper afin qu'ils ne soient pas un frein à votre démarche vers l'arrêt (voir lien ci-dessous).

Si vous pensez avoir besoin d'aide, il existe des Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) qui proposent des consultations pour les usagers qui souhaitent faire un bilan de leur consommation, apprendre à mieux la gérer ou y mettre un terme.

Il existe des CSAPA dans tous les départements et ce sont des consultations confidentielles et gratuites. Nous vous joignons un lien ci-dessous, si pour des raisons personnelles il ne vous convenait pas, vous pourrez effectuer votre propre recherche par le lien « adresses utiles ».

Si vous le souhaitez, vous pouvez également nous contacter de façon anonyme et gratuite 7 jours/7 par téléphone au 0 800 23 13 13 de 8h à 2h ou par chat de 14h à 2h.

Bien cordialement

---

**Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :**

---

**[CSAPA 08 - Oppelia](#)**

22, avenue du Maréchal Leclerc  
**08000 CHARLEVILLE MEZIERES**

**Tél :** 03 24 35 15 39

**Site web :** [www.oppelia.fr/etablissement/oppelia-csapa-08-charleville-me](http://www.oppelia.fr/etablissement/oppelia-csapa-08-charleville-me)

**Secrétariat :** Sur rendez-vous. Du lundi au vendredi de 9h à 17h.

**Consultat° jeunes consommateurs :** Du lundi au vendredi de 9h à 17h.

[Voir la fiche détaillée](#)

**En savoir plus :**

- [Fiche sur la cocaïne](#)
- [Adresses utiles du site Drogues info service](#)
- [Arrêter, comment faire ?](#)