© Drogues Info Service - 8 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Après l'arrêt de la cocaïne

Par Profil supprimé Postée le 13/08/2018 11:39

> Bonjour
> Je voudrais savoir si c normal que depuis que g arrêtée la cocaïne il i à trois moi.. Je ne me sens plus être la même personne je fait que dormir et je fume bcp de cannabis....je suis tjrs pas triste mais presque ...jarrive plus à allez vers les gens...g deux enfants et il commence à le voir que sa va pas..mais sans explication...je sais pas quoi faire...et je pense bcp bcp à reprendre cette merde qui ne ma jamais rien apportées loin de la...g peur pour l'avenir g peur de recommencer et ce serai pire je le sais....je suis complètement perdu ...je sais que forcément il faut que je mette du mien mais g plus la force d'esprit...jarrive plus à rien gérez et je me mes encore plus dans les souci...que doit je faire...meme si je sais que chaque personne réagi differament j'aimerai avoir quelque conseil Merco d'avoir écoutez ce que g à dire ...merci bcp

---

Mise en ligne le 16/08/2018

Bonjour,

La cocaïne est un produit stimulant qui crée artificiellement un bien-être, une énergie. A l’arrêt, il est fréquent de ressentir des effets qui peuvent ressembler à une dépression.

Néanmoins, vous décrivez des symptômes qui durent depuis plusieurs mois et qui ne s’améliorent pas. Nous ne pouvons donc écarter l’idée que vous vous engagiez réellement vers une dépression.

Aucun remède miracle ne vous permettra d’aller mieux. Et vous faites de nombreux efforts pour lutter contre l’envie de consommer à nouveau, à juste raison. Si vous ne l’avez pas déjà fait, vous pouvez essayer de modifier un peu votre quotidien pour vous octroyer des moments privilégiés de détente, de plaisir. Cela peut

être des choses simples : aller faire des promenades, regarder des films ou séries qui vous plaisent, prévoir une sortie avec vos enfants, pratiquer un sport ou une activité de loisir.

Si ces modifications ne suffisent pas à vous voir retrouver le moral et l'entrain, vous pouvez demander à rencontrer un psychologue dans un CSAPA (Centre de Soin d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Réfléchir avec l'aide d'un spécialiste peut vous aider à comprendre ce qui se passe pour vous et vous permettre de sortir de cette spirale. Vous trouverez en lien ci-dessous des adresses proches de chez vous. Les consultations y sont confidentielles et gratuites.

Si vous avez d'autres questions, vous pouvez nous contacter par téléphone au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit tous les jours de 8 h à 2 h).

Nous vous souhaitons bon courage,

Cordialement,

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

CSAPA Réagir

119, rue de Dunkerque
59200 TOURCOING

Tél : 03 20 25 91 83
Site web : https://cedragir.fr/
Secrétariat : du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h. Sauf mardi : 13h30-17h
Accueil du public : Sur rendez-vous du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h. Sauf mardi : 13h30-17h
Substitution : Centre méthadone, délivrance du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 16h30 (sauf le mardi matin).
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez vous aux horaires du CSAPA

Voir la fiche détaillée

CSAPA La Trame Tourcoing

47 rue de Lille
59200 TOURCOING

Tél : 03 20 36 36 66
Site web : addictions-france.org/
Secrétariat : Lundi de 8h à 16h30, Mardi de 8h à 18h30, Jeudi de 9h30 à 19h, Vendredi 8h à 17h30 (Fermeture le mercredi)
Accueil du public : Lundi de 8h à 16h30, Mardi de 8h à 18h30, Jeudi de 9h30 à 19h, Vendredi 8h à 17h30 (Fermeture le mercredi)

Voir la fiche détaillée