FORUMS POUR L'ENTOURAGE

MON MARI PREND DE LA COCAÏNE CELA JOUE SUR NOTRE VIE DE COUPLE ET SUR NOS ENFANTS AIDEZ MOI!!!!

Par Profil supprimé Posté le 24/04/2016 à 09h55

Bonjour
je viens de m'inscrire sur ce site car je ne sais vraiment plus quoi faire j'ai 30 ans je suis avec mon conjoint depuis 14 ans il a 32 ans et nous avons 3 enfants il m'a appris il y a 7 ans qui prenait de la cocaïne de temps en temps et depuis peu c'est tous les joursil a un comportement qui est très violent s'énerve pour un rien ne prend plus soin de moi et de ses trois enfants je lui fait peur en le menaçant que nous allions partir s'il ne se faisait pas soigner il a donc réagi et nous sommes allés voir un addictologue qui nous a pas tellement aider car il lui a dit que la seule façon d'arrêter était de ralentir au début et qu'il n'y avait que la volonté pour arrêter ce qui n'a pas très motivé mon conjoint. il a arrêté puis il a repris puis l'arrêter puis la reprise et les sauts d'humeur continuer je n'ai plus du tout confiance en lui il se remet à sortir à préférer ses potes à sa propre famille je ne sais plus quoi faire les menaces ne marche plus quand ce n'est pas la cocaïne c'est l'alcool mes enfants en souffre et moi aussi énormément je suis devenue très très jalouse alors que je n'ai jamais été j'ai peur je l'appelle 20 fois par jour pour savoir ce qu'il fait parce que je m'inquiète et bien sûr ça fait effet inverse sur lui car pour lui je l'étouffe trop il n'arrive pas à se mettre à ma place j'ai beau me dire que ça ne peut pas durer comme ça et qu'il faut que je parte avec mes enfants je n'y arrive pas j'ai l'impression de l'abandonner même si j'ai tout essayé si quelqu'un a vécu la même situation j'aimerais simplement qu'on m'aide pas ce que je ne sais vraiment mais vraiment plus quoi faire

28 RÉPONSES

Moderateur - 25/04/2016 à 12h13

Bonjour Lolitadu40,

Merci d'avoir laissé votre message ici.

Votre mari est progressivement tombé dans l'addiction à la cocaïne qui est compensée aussi, comme souvent, par de l'alcool lorsqu'il n'en n'a plus à disposition. Vous ne lui faites plus confiance et c'est tout à fait compréhensible dans la mesure où, bien qu'ayant essayé d'arrêter, il a recommencé. La nuance que j'apporterais cependant c'est que votre mari ne contrôle lui-même plus sa consommation, c'est au-delà de sa volonté. En effet, l'usage régulier de cocaïne a fini par transformer l'équilibre de son cerveau qui notamment ne produit plus, ou plus assez, de dopamine, un neurotransmetteur impliqué dans le plaisir. Il a "besoin" de la cocaïne pour déclencher le plaisir ou, comme bien souvent chez les usagers réguliers de cocaïne, pour se sentir "normal". En effet, au bout d'un moment les usagers dépendants de la cocaïne ne prennent même plus celle-ci pour se sentir stimulé mais juste pour ne pas se sentir déprimé. Tout arrêt de cocaïne trop prolongé les mets dans une humeur noire et la dépression. A cela s'ajoutent des effets comme l'anxiété, les troubles du caractère, la paranoïa. Tous ces effets que vous subissez malheureusement aujourd'hui.

Votre mari est donc d'une certaine manière "malade" tout en étant peut-être dans l'illusion de pouvoir contrôler ce qu'il fait. La première visite à l'addictologue n'a pas été très concluante mais il semble que la situation ait été un peu sous-estimée à cette époque ou bien qu'elle a évolué négativement ensuite. S'en remettre à sa seule "motivation" est en effet un peu léger mais peut-être aussi votre mari a-t-il cru que cela serait suffisant. Aujourd'hui c'est un échec et il serait sage de pouvoir en faire le constat non pour dire que l'addictologue n'est d'aucune aide, mais pour se dire qu'il faut essayer "autre chose" (avec l'addictologue de préférence ou un autre professionnel si celui-ci ne propose rien de plus concret) car la problématique reste la même : votre couple est en danger.

Ce qui a été "positif" dans la première démarche a été que dès que vous avez évoqué la séparation il a essayé de faire des efforts. Cela signifie malgré tout qu'il tient à vous et que votre relation commune a un sens pour lui. Sans tomber dans l'excès du "chantage à la séparation", la qualité de votre relation avec lui est un vrai point d'appui pour essayer de le ramener vers le soin. Je vous recommanderais de parler de vous, de ce que vous ressentez en employant le "je" et de faire état de vos émotions et de vos besoins. Demandez-lui de l'aide pour vous plutôt que de lui demander directement d'arrêter. C'est une manière différente d'attaquer le problème qui lui laisse l'opportunité de se positionner sans le bloquer par résistance à une demande d'arrêt.

Cependant c'est bien d'aide dont il aurait besoin car on ne se sort pas de la cocaïne comme cela et s'il arrête il aura a faire face à une période difficile de déprime. Il peut aller revoir l'addictologue déjà vu ou peut-être essayer d'en voir un autre. Il peut aussi s'adresser à votre médecin de famille si c'est plus facile. Je ne sais pas si l'addictologue a été vu dans le cadre d'un Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (Csapa) mais sachez que vous trouverez les coordonnées du Csapa le plus proche dans notre rubrique "adresses utiles" : http://www.drogues-info-service.fr/Adresses-utiles

Vous pouvez vous-même avoir recours au Csapa, pour vous. En effet les Csapa reçoivent et soutiennent aussi gratuitement les proches. Actuellement vous semblez perdre pied face à la situation. Il n'y a pas de honte à cela car c'est difficile. Il est violent et il faut pouvoir vous en protéger. Vous êtes aussi follement inquiète et vous aimeriez pouvoir contrôler la situation, d'où vos appels multiples qui n'arrangent rien mais qui sont bien le symptôme de votre panique. Au Csapa vous pourrez parler sans être jugée. Il y aura aussi peut-être un groupe de parole "entourage", ce qui aide beaucoup. Vous pouvez également nous appeler ponctuellement si vous le souhaitez, n'hésitez pas : 0 800 23 13 13 (8h-2h, 7j/7). Commencez par là quoi que fasse à côté votre mari : si vous ne pouvez pas l'obliger à se soigner vous pouvez au moins recevoir une aide qui vous permettra de mieux savoir quoi faire.

N'hésitez pas à nous raconter comment cela évolue.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 29/05/2016 à 07h43

Bonjour

Maintenant je reviens vers vous parce que la situation n'a pas vraiment changé il a diminué sa consommation de cocaïne il ne souhaite pas se faire suivre mais il est passé au crack je ne sais vraiment plus quoi faire je l ai menacé de partir qu'il va me perdre moi ses enfants et tout ce qu'on a construit il me dit qu'il va arrêter mais les paroles ne suffisent plus c'est ce que je lui repond . Il me dit qu'il a besoin de prendre au moins une fois par semaine du temps pour lui pour la cocaïne et le crack que c'est un besoin de décompression. Alors soit je suis folle ou je n'arrive pas à comprendre cette situation je ne sais vraiment plus quoi faire cela fait assez longtemps que je menaces j'ai peur de partir avec les enfants et de le laisser seul car je pense que si on s'en va son cas va vraiment mais vraiment s'empirer je ne sais plus quoi faire pour l'aider et pour nous aider nous vers qui dois-je me tourner comment faire?????

Profil supprimé - 03/10/2018 à 21h31

Bonjour,
Je suis exactement dans la même situation que vous au mot pour mot.
Je ne sais pas si vous verrez ce message mais je voulais savoir où en êtes-vous aujourd'hui ?
Merci !

Profil supprimé - 26/10/2018 à 03h30

Bonsoir a tous.
J ecris pour envoyer une bouteille a la mer car j ai remarqué que les derniers messages datent de plusieurs mois. J espere que quelqu un me lira... me comprendra....
Je viens de savoir il y a 2 mois que mon mari consomme de la cocaine depuis des années. C etait un choc pour moi, toute ma vie s est effondrée depuis...
Je veux l aider mais il me ment en permanence, il m.assure qu il a arrêté mais j ai perdu toute confiance en lui. Il n a eu aucun symptôme de manque mais par contre je decouvre plusieurs indices me prouvant qu il continue a prendre.
Je suis completement perdue, j en deviens folle, je pense a ca en permanence.
Nous avons un bb d un an et je ne veux pas qu il grandisse avec un pere toxicomane et je ne veux pas qu il grandisse sans son père.
Le quotidien est devenu ingerable, je ne sais pas du tout quoi faire pour aider mon mari, j ai perdu toute objectivité, je me sens comme une victime de la situation et n arrive pas a prendre du recul pour l aider lui
Je vis au maroc et ici il n y a pas vraiment de centre spécialisé. On a vu un psychiatre, 2 psychologues mais ils ne m ont pas l.air compétents...je continue a chercher un bon specialiste pour nous aider
Je ne sais vraiment plus quoi faire
Le pire c est qu il passe par des moments vraiment difficiles dans son travail et ca n aide pas.
Bref, je suis completement perdue et je ne sais plus quoi faire...
Bonne soiree

Profil supprimé - 29/10/2018 à 08h57

Bonjour

Je suis dans la même situation que vous moi aussi.
Mon conjoint avec qui je suis depuis 4 ans consomme de la cocaïne aussi depuis quelques mois..c est un ancien toxicomane, il a déjà tout essayer...il était clean depuis 6 ans et la il a replonger.
Nous avons 4 enfants, 2 à lui, 1 à moi et 1 à nous 2 qui a 1 an.
Je l ai vite remarquer, il se faisait des injections d abord qu il cachait ac mon fond de teint tlmt il était amoché.mensonge sur mensonge..il est aller tlmt loin (entre 1 et 3gr/jour) qu il y a 2 semaines j ai du l emmener a l hôpital. De la il a demander lui même a rester (dans un centre addicto) 4 jours après il est parti sans prévenir personnes et l hôpital ma appeler 6h après (un peu tard) pour me le dire..bien sûr il est retourner en suisse, la ou il cherche sa merde.
On est aller voir le médecin qui lui a prescrit la même chose qu a l hôpital, 4 jour après il rechute..
Addicto..changement de traitement..il rechute..
Médecin a nouveau, encore changement..rechute
Bref ca fait 3 médoc différent et ca sert à rien!
Mensonge mensonge mensonge..
Je n en peux plus, j ai sa carte de crédit, d identité ses clés ses papiers suisse..
Il y a 2 jours il a voulu aller acheter des trucs au magasins de bricolage et à emmener mon fils de 13 ans avec..j ai appris qu il la emmener en suisse

---

Profil supprimé - 01/11/2018 à 14h18

Bonjour,

Désolée pour le retard, ça faisait longtemps que je n'étais pas venue sur le site et le fait d'avoir reçu un message de l'une de vous m'a fait remonter beaucoup de mauvais souvenirs. Je sais que vous vivez toutes des moments très difficiles. Pour moi ça a été un cauchemar.

Revenons en 2015 où tout a commencé. Cela faisait 15 ans que nous étions ensemble, il prenait de la cocaïne de temps en temps je le sors mais il est tombé très très bas. Comme vous pourrez le lire dans mes anciens commentaires j'ai tout essayé. Je suis partie en dépression, je me suis fait suivre par un psychologue je n'avais plus goût à la vie, je n'arrivais même plus à m'occuper de mes enfants tellement j'étais mal. Je me suis fait beaucoup aider par des appels téléphoniques : j'en avais jamais parlé à personne. Je suis quand même sortie du silence pour aller à ma meilleure amie, à ma mère et à la mère de mon conjoint qui sont restées abasourdies de savoir ce que je vivais depuis des années. De plus je pensais que monsieur ne prenait que de la cocaïne et en fait il était tombé dans le crack et l'héroïne et je ne me suis aperçu de rien parce que je ne connaissais pas les symptômes de tout cela.

Donc après plusieurs tentatives d'aide et de menaces je les ai mises en exécution en mai 2016 je lui ai dit que j'allais le quitter. Cela a été très long parce que l'avocate m'a dit de ne pas partir avec les enfants car il pouvait se retourner contre moi. Après l'acceptation du juge en novembre 2016 j'ai réussi à partir et prendre un appartement. Il était tellement défoncé et ton bébé que je me demande s'il s'était aperçu que nous étions partis. Quand nous avons fait les bagages il rigolait avec ses potes.

Après 2 mois que je suis partie je ne lui ai pas laissé voir les enfants. Les enfants ne voulaient plus le voir car ils sont vu tout le mal qu'il m'a fait à moi et à eux. Malheureusement.

Février 2017 il a commencé à revenir et à me harceler. J'ai dû appeler les gendarmes, j'ai posé x mains courantes. J'avais peur de porter plainte contre lui parce que c'est quand même le père de mes enfants. Il souffrait énormément et je ne voulais pas le rendre encore plus triste. Il est vraiment tombé encore plus bas et dans son malheur il a fait plein de conneries.
Ils est rentré en prison en décembre 2017. Il voyait les enfants tous les weekends avec sa mère, pas tout seul. Le fait qu'il rentre en prison nous nous sommes rapprochés. Cela a été très très dur pour lui car il a dû se soigner. Il a pris 9 mois ferme et est sorti au mois de juillet cette année. Il était métamorphosé : 20 kilos en plus, même moi je ne l'ai pas reconnu. Mes enfants allaient le voir à la prison avec leur mamie donc ils le voyaient assez souvent. Entre-temps j'ai vendu la maison que nous avions donc il n'avait plus rien. Le contrôle judiciaire exige d'avoir un pied-à-terre donc il est allé un peu chez sa mère mais ça ne s'est pas très bien passé. Il était tellement heureux de voir les petits qu'il venait les voir chez moi. En le voyant ainsi je reconnais l'homme que j'ai connu il y a 17 ans.

Il est maintenant sous traitement depuis presque 1 an, sous méthadone. Les enfants sont très heureux de retrouver leur papa comme ça. Lui aimerait qu'on se retrouve tous ensemble comme on était avant une famille. Le fait de le voir comme ça je me dis que je peux lui laisser une chance. Pour le moment j'ai tellement peur de retomber dans la peur de souffrir, la peur de faire souffrir mes enfants, de ne plus dormir de la nuit parce qu'il n'est pas là, de m'inquiéter.

Vous me direz laissez le passé derrière, il a fait ses preuves et il fait des efforts tous les jours pour le montrer. En tout cas comme il me dit tous les jours "je regrette le mal que je t'ai fait, jamais je ne referai une connerie pareille" c'est une phrase que j'ai attendu qu'il me dise depuis des années. Chaque histoire est différente il faut prendre son courage à deux mains quand il n'y a plus d'espoir, même si cela est très très dur et je suis bien placée pour le savoir.

En tout cas si vous avez besoin de parler n'hésitez surtout pas.

Profil supprimé - 02/11/2018 à 22h29

Bonsoir Lolitadu40.
Merci pour ta réponse. Ton message me donne de l espoir et m enlève tout espoir en même temps.
Faut il passer par la case prison pour se redresser de cette situation ? Combien de temps de souffrance faut il que j endure pour sortir de cette situation ou pour abandonner et le quitter ?
Nous venons a l instant d avoir une dispute très violente à cause de la drogue car il continue a me mentir et refuse toute aide. Il me dit que je ne sais pas m y prendre avec lui. Oui certainement, mais on ne m a jamais appris a aider un toxicomane...
J ai la haine !!! Je lui en veux tellement de tout le mal qu il me fait et du mal qu il fait a notre famille
En meme temps je l aime encore et j ai encore (un peu) de force pour continuer à essayer. Mais comment ?
Comment..... ?
Je suis désespérée et je ne sais plus vers qui me tourner. Qui peut m aider ?
Bref, ce forum m aide a me sentir moins seule dans mon nouveau monde de femme de toxicomane...
Je souhaite que tu prennes la bonne décision et que tu trouves ton bonheur.
Bonne soiree

Profil supprimé - 04/11/2018 à 09h31

Bonjour,
J'ai plusieurs questions mais avant cela il faut que vous sachiez que je suis sur cette discussion parce qu'il y a eu des réponses récentes

Mon problème n'a pas de rapport avec la cocaïne, mais en tous cas courage à tous, j'ai lu tous tes posts ce matin lolitadu40, et ça m'a beaucoup touché...
J'ai moi aussi des questions, je sais que mon soucis va paraître minime comparé à ce que tu vis mais je ne veux justement pas que ça empire..
Bon alors... Je n'ai que 17 ans et cela fait 2 ans et demie que je suis avec mon copain
Il a commencé à fumer des joints il y a 2 ans au début usité en soirée puis depuis quasiment 3 mois plus tard c'est devenu régulier
Depuis il fume tous les jours
Tous les deux nous avons eu une enfance.. Compliquée on va dire et il trouve que la fumette l'aide à oublier ses problèmes..
Sauf que ses problèmes ne disparaissent pas
Bref, moi aussi je fume sauf que contrairement à lui je peux m'en passer sans problème
Jusque là ça allait mais ça fait 2 mois qu'il monte en teuf régulièrement et depuis il a pris 4 ou 5 fois de l'ecstasy et de la. Mdma
Puis il a aussi pris de la ketamine, des champignons
Et il a testé hier soir (en teuf) le LSD et quelques heures avant il avait pris une trace de cocaïne (c'était aussi sa première fois pour la cocaïne)
La je trouve que ça commence à faire beaucoup pour un ado de 17 ans
Je suis la seule à m'inquiéter, je passe pour la rabat-joie et je n'ai réussi qu'à le buter avec mes reproches...

Je ne veux pas "gâcher sa jeunesse" comme lui et ses potes le disent mais je m'inquiète
Il fait n'importe quoi, il prends plusieurs produits dans la même soirée qu'il n'a jamais pris auparavant
Sa mère s'en fout, son père il n'en a pas
Et sa grande sœur s'en fou aussi, c'est elle qui lui a filé la trace de coc...
Enfin bref,
J'ai moi aussi testé les champignons mais c'est tout, rien ne m'attire dans ce monde de drogues dures, mais lui si..
Il a toujours eu un gros penchant pour les drogues
Ça l'a toujours attiré et maintenant il en prend
Je suis vraiment très inquiète et je ne sais pas quoi faire
Parce qu'il me répète que ce n'est qu'une phase, que c'est pour s'amuser
Qu'il ne va pas finir accro ou quoi que ce soit...
Mais il m'avait dit pareil pour les joints et maintenant il est accro aux joints, je n'ai pas envie qu'il tombe dans la drogue dure..

Voilà.. Si quelqu'un pourrait m' aider je le remercie par avance
Et je suis désolée de m'être incrusté dans une conversation qui n'a pas trop trop de rapport avec mon soucis (si ce n'est la drogue

---

Profil supprimé - 05/11/2018 à 10h43

Bonjour kenzasen
Ça me fait mal au cœur que tu vives cette situation parce que temps qui sépare la dès que je rentre dans une conversation mon passé ressurgit. Malheureusement dans mon cas la prison a été la seule façon pour qu'il se soigne sinon il ne se serait jamais soigné mais ça j'en suis sûre et certaine. Dans ton cas malheureusement je sais que c'est très très difficile je sais que tu dois essayer de faire le mieux d'essayer de le comprendre mais je sais aussi qu'un toxicomane est dans son petit monde à lui et on oublie sa femme et ses enfants et que tu n'as pas à souffrir à cause de cette personne. même si tu l'aimes malheureusement si lui ne décide pas de se faire aider par les personnes compétentes et de suivre un traitement tu ne pourras jamais mais jamais rien faire pour lui c'est malheureux mais c'est comme ça il faut te protéger à toi ta famille c'est ça la priorité. Il te dis que tu ne sais pas t'y prendre avec lui mais ce n'est pas vrai au fond de lui c'est parce que la drogue est plus fort que tout malheureusement. Quand il n'est pas bien il en prend et quand tu vas bien il en prend aussi pour oublier les problèmes. Mets le devant le fait accompli s'il ne se soigne pas tu pars je sais ce qui va te répondre je vais ralentir où je vais arrêter mais il ne le fera pas s'il ne se fait pas suivre. Essaie de te rapprocher d'un centre près de chez toi rien que pour toi déjà prends un rendez-vous ils sont d'une grande aide il y a plusieurs femmes dans ton cas qui vont moi j'en ai fait partie et ça m'a beaucoup aidée j'ai été voir un psy aussi car je pensais que tout ça était de ma faute et en fait non rien n'est de notre faute on ne peut pas contrôler la vie des personnes qu'on aime. Prends soin de toi et de ta famille c'est ça l'essentiel rapproche-toi d'un centre ça t'aidera beaucoup et si tu peux par le sang à une personne de confiance moi ça m'a énormément ouvert les yeux

---

Profil supprimé - 05/11/2018 à 10h55

Bonjour ogdmc1234
Déjà pour commencer tu n'étais pas incrusté je pense qu'on est tous dans la même situation étant inscrite sur ce forum. J'aimerais pouvoir t'aider ce que je peux te dire cette vous avez que 17 ans. Je te dis ton copain il est jeune et envie de faire la fête bien sûr ce n'est pas une raison pour prendre tout et n'importe quoi comme truc parce que malheureusement quand on commence comme ça on sait déjà comment va finir. si il en prenait que pour des occasions et encore à 17 ans je trouve dommage de gâcher sa vie avec de la merde comme ça. Étant jeune moi-même j'ai beaucoup fumé j'ai dû arrêter parce que j'ai fait pas mal de bêtises qui m'ont mis des contrôle judiciaire et des contrôles urinaires tous les mois et je suis contente que tu Sam sont arrivés j'avais ton âge j'ai partout j'ai un joint depuis. À ton âge c'est compliqué parce qu'un mec va toujours préféré les sorties et ses potes plutôt qu'à sa copine c'est malheureux mais c'est comme ça. Pose-toi les bonnes questions est-ce que ça vaut le coup que tu restes avec une personne qui passe ses journées à se défoncer je pense que si tu es venu sur ce site nous raconter ton histoire c'est que tu mérites beaucoup mieux que ça. je ne suis pas là pour te juger et juger qui que ce soit et si sa propre famille en a rien à faire ce n'est pas toi qui va pouvoir l'aider. Tu as que 17 ans tu as toute la vie devant toi et c'est maintenant qu'il faut que tu la trace parle avec ton ami parle-lui de ton ressenti de tout ce que tu penses de ces sorties de la drogue de votre futur à vous que tu souffres de cette situation que tu aimerais qu'il arrête ralentir au début même si le fait de ralentir n'est pas forcément une manière de se soigner. Parle avec lui poussé entre quatre z'yeux sans qu'il n'ait fumer de joint ou quoi que ce soit c'est la première des choses à faire. Je ne suis pas psychologue mais si tu as besoin de parler n'hésite pas à répondre

---

Profil supprimé - 22/11/2018 à 21h12

Après avoir lu vos témoignages je me retrouve un peu dans celui de kenzasen.
Je suis desesperée ce soir après une énième dispute avec mon conjoint.
Ca fait deux ans que nous sommes ensemble, et j'ai su dès le début par une amie en commun que mon conjoint avait déjà consommé de la cocaine, cette information m'avait destabilisé et j'ai voulu mettre fin à la relation (cela faisait une semaine à peine qu'on se fréquentait). Mais il m'a dis à l'époque que il avait déjà juste essayer mais qu'il n'en prenait plus, je l'ai cru. Les mois ont passé et voyant quelque fois son comportement un peu lunatique le doute est revenue, je lui ai dis que si jamais il touchais à ça, je le quittais, il m'a alors juré qu'il n'en consommais plus depuis un bon bout de temps et que je n'avais plus à m'inquiéter sur le sujet. A ce moment là nous vivions pas encore ensemble alors je l'ai cru, c'est vrai que parfois il était un peu surexcité mais je mettais ça sur le compte de sa personnalité un peu excentrique.

Les choses se sont compliqués lorsque nous avons emménagés ensemble en Mars dernier, vivant ensemble au quotidien je remarquais parfois chez lui des comportements douteux: insomniaque (il ne se couchait pas avant 4/5h du matin, perte d'appetit et perte de poids (-10kg sur la balance), mouchage intensif, saignement de nez, délire paranoiaque (il pensait tout le temps que je le trompais) et j'en passe... je lui ai alors refait part de mes doutes mais il devenait agressif dès qu'on abordais ce sujet , jusqu'à un soir ou après une énième dispute où il m'accusait de le tromper (il était entré dans une crise de paranoia incontrôlable), il à défoncé la porte de notre de chambre à coup de poing, m'a insulté de tous les noms, je lui ai alors mis une claque pour se calmer mais je n'aurais pas du car il m'a frappé violemment et m'a jeter au sol ... voyant qu'il ne se calmait pas j'ai appeler la police car j'ai eu peur pour ma vie, une fois la police sur place il s'est calmé.

Ce fût la première fois en deux ans que je le voyait dans cet état, j'ai alors décidé de lui faire faire un test urinaire pour detecter si oui ou

non il prenait de la coke (car selon moi c'etait ça qui le rendait agressif), il à bien sûr refusé de faire ce test en me disant qu'il n'en consommait pas et qu'il n'avait pas à faire un test pour me le prouver, mais je n'ai pas lacher le morceau... il s'est enfin décidé à le faire après 3 jours de négociations intenses, et le test s'est révélé POSITIF.
C'est alors qu'il m'a tout déballé, il m'a dis qu'il n'avais jamais arrêté d'en prendre, qu'il en consomme tous les jours voir plusieurs fois par jour et que ça l'aide à rester en forme dans son travail (il est gérant d'entreprise). Je suis tombé de très haut, car il m'a menti durant tout ce temps... il 'a reconnu avoir un pb d'addiction envers cette substance, et m'a dis qu'il voulais essayer de diminuer puis arrêter tout seul, mais que dans le cas où il échouerait il serait d'accord pour faire appel à un addictologue. J'ai accepté, j'ai essayé de lui faire confiance de lui laisser le temps. Cette histoire c'était il y à deux mois.

Depuis, il n'a malheureusement pas diminuer mais augmenter sa consommation, pas plus tard que ce week-end nous sommes sortie en soirée avec un coupe d'amis, je lui ai fait promettre dans la voiture en y allant de ne pas prendre cette merde, je voulais être rassuré. Il m'a dis qu'il n'en avait pas sur lui de toute manière mais sur un ton agacé.
Pendant la soirée j'ai remarqué à son comportement qu'il en avait pris car il n'arrêtait pas de se toucher le nez, de plus il était dans un état de surexcitation sans compter les verres d 'alcool qui n'arrêtait pas de s'envoyer, il m'a foutu la honte devant nos amis.... excédé je lui ai demandé s'il en avait pris, et il n'a pas nié. Je me suis sentie une nouvelle fois trahie, de plus il a bu jusqu'à s'en rendre malade jusqu'à vomir, depuis quelques temps les sorties que l'on fait se soldent toutes de cette manière comme si il profitait de l'occasion pour se foutre en l'air.

Il y à de ça deux mois il était determiné à s'en sortir, il voulais qu'on s'engage officiellement (mariage) et me parlais d'avoir un bébé... on avait même commencé les essai bébé mais suite à des petits pb de santé j'ai du interrompre les essais temporairement. Je me dis que c'est peut-être un signe que c'etait pas le bon moment ni le bon mec.. j'ai 30 ans jamais marié pas d'enfant, avant lui j'ai eu des histoires qui n'ont pas fonctionné et quand je l'ai rencontré j'étais heureuse de me dire que j'avais enfin trouvé le bon car mis à part cette histoire de cocaine il à de réelles qualités.

Suite à la soirée , je me suis muré dans le silence, fatiguée des promesses non tenues, des mensonges.. je me sens trahie, j'ai essayé de lui en faire part , je suis à bout il m'a même vu en pleurer , mais il minimise les choses. Selon lui je dramatise trop, et il dis que je ne fais rien pour l'aider que ce n'est pas en agissant comme ça que ça va lui donner envie de changer. Il refuse d'aller voir un spécialiste, il me dis que le 1er decembre il arrête definitivement, et il me demande de lui faire confiance là dessus. Mais moi je n'ai plus confiance j'ai peur de perdre mon temps avec lui, peur de construire des choses et de regretter après si jamais il rechute...

Je ne sais plus quoi penser ni quoi faire, si vous avez des conseils je suis preneuse, merci de m'avoir lu.

Profil supprimé - 24/11/2018 à 00h43

bonsoir tout le monde ; on faisant les recherches sur les drogues autant que futur docteur naturopathe sur le sujet de bien -être du cerveau ; voilà j 'ai eu l 'occasion d 'aider des jeunes toxicomanes de toutes sortes de
droques; une fois j 'ai réussi avec deux jeunes avec la cocaïne ; autant que musulmane . le cerveau de chaque personne est particulier en plus complexe.
personnellement j 'ai arrêter une relation à cause de la cigarette dans son début ; et sans regret bien les sentiments que j 'ai pour lui . après une deuxième chance bien sur; difficile de tenir avec un toxicomane .

Profil supprimé - 24/11/2018 à 12h22

Chanel940 je me retrouve tellement dans ton histoire sauf que mon j'ai eu 2 enfants avec lui que j'ai acheté un appart avec lui et pendant tout ce temps je n'en me suis pas aperçue de tout ça ... enfin oui mais bien trop tard ... ça fait 10 que je suis avec et 3 ans de lutte contre cette merde , trop ans de mensonges de promesses de violence (pas physique) mais psychologique et c st très difficile . Aujourd hui je suis dans la phase de séparation dans ma tête uniquement je cherche des solutions pour moi pour mes enfants mais plus pour lui parce que pour lui j'ai donné énormément et je me suis bien rendue compte par la force des choses que tant qu'il continuera à se mentir à lui même il ne s'en sortira pas. Je l'aime plus que tout plus que moi même (et mes cicatrices internes peuvent faire foie de ce que je dis) je me suis sacrifié pour lui mais je n'en peux plus j'ai peur de regretter tout ça parce que quand il est dans son état normal c est un homme tellement génial mais ces crises me rendent malade je saigne à l'intérieur à chaque mensonges à chaques doutes et surtout à chaque mensonges de sa part parce qu'il ne veux pas avouer ce que je sais. J'ai tellement rêver de le sauver pour lui même et pour notre famille mais il ne veux pas s'en sortir même s'il va voir un addictilogue même si ces belles paroles sortent de sa bouche il est faible face à ça et je dois penser à moi. C'est malheureux de tout gâcher à cause de ça j'en suis consciente mais pas lui. Je me dis aussi que peut être tout perdre pour de bon le fera peut être réagir et que l'amour est fort donc tout est possible .... il ne me crois pas capable de partir et de quitter notre cadre de vie pour me retrouver en galère sans lui mais ma tranquillité d'esprit dans la vie de tous les jours vaut bien plus que tout pour moi et mes petits. Voilà c est difficile mais faut pas se mentir les toxicos et les toxicos ne sont pas dans le même monde et la vie est courte et on en a qu'une et surtout en tant que maman on se doit d'etre Forte pour les protéger et les mettre à l'abri de tout cadre instable.

Profil supprimé - 25/11/2018 à 15h30

Ton histoire n'est pas la mienne mais les mensonges, les disputes, les espoirs d'arrêts déçus...tout ça me parle et en lisant ce forum on a l'impression que malheureusement dans l'addiction c'est presque banal.
Ton mec est sans doute un mec avec plein de qualités et sensible, mais il n'a pas pris le meilleur chemin pour canaliser sa sensibilité. Aujourd'hui il n'est plus maitre de lui. Il est un pantin manipulé par la poudre. Par rapport à ce que tu racontes on voit que sa volonté et son cerveau sont très imprégnés par la cocaine. Arrêter seul c'est difficile voir impossible. Fais attention à toi et à ne pas t'épuiser à essayer de lui ouvrir les yeux. Il n'y a que lui qui peut avoir envie d'arrêter. L'amour ne peut pas tout. Si tu lâches ne culpabilise pas, la seule coupable c'est la cocaïne et sauver ta peau c'est déjà ça que la cocaïne n'aura pas gagné.

Profil supprimé - 27/11/2018 à 16h16

Bonjour à tous,
Mon dieu que c est dur !!

Je lis vos messages et je me.rends comptes qu on vit toutes la même galère!!
Je suis au courant de son addiction depuis moins de 3 mois et je pense avoir déjà tout essayé mais sans aucun succès.
Résultat: il est super agressif, ne veut plus communiquer, ment en permanence, dédramatiser la situation ...
Et moi : je suis plus effondrée que jamais, je suis au bord de la dépression si ce n est déjà le cas... je n ai plus goût a rien.. je vis dans un malheur permanent.
Mais jusqu a quand ?
Ce qui me retient maintenant x est mon fils et ma volonté d avoir un 2eme enfant.
N y a t il pas de temoignage de quelqu un qui s en est sorti ? Me direz vous que ces gens là ne sont pas sur ce genre de forum...
Je ne sais absolument plus quoi faire... d ou puiser la force de continuer alors que cela ne fait que 3 mois.
Une longue vie de malheur m attend ?

Profil supprimé - 27/11/2018 à 19h11

Bonjour les filles
C'est vraiment désolant devoir toutes ces femmes qui se battent pour essayer de sauver leur conjoint. Moi j'étais revenu vers vous en vous explique un peu ma situation pour celles qui ont vu mes commentaires effectivement je m'aperçois que même si l'arrêter l'Hérault et le crack pourtant il a fait 10 mois de prison il est sous méthadone et Monsieur aperçue il y a quelques temps que les symptômes de la cocaïne avait réapparu. je l'ai aidé pendant 15 ans j'ai tout essayé je suis parti il n'a pas changé ça s'est empire et il a fait de la prison je pensais que tout allait bien il est sous méthadone depuis qu'il est sorti et il était déjà en prison. Comme quoi nous en tant que femme on peut rien faire c'est dans leur cerveau c'est comme ça cette merde est plus fort que tout. Dans mon cas je l'ai hébergé quand il est sorti de prison et là il est en train de finir son appartement et il va partir je ne laisserai pas de deuxième chance je ne veux même pas revivre ne serait-ce que un jour ni une heure de ce que j'ai vécu pendant les 15 dernières années où nous étions ensemble. Je souhaite beaucoup de courage mais en restant avec vos hommes même si je sais que c'est très dur vous n'arriverez jamais avancer dans votre vie il faut du courage du Grand ça c'est sûr je peux vous dire que j'ai pleuré plus d'une fois . Je souhaite plein de courage

---

Profil supprimé - 27/11/2018 à 23h04

Bonjour kenzasen,

Non ce n est pas facile d être femme de toxicoman,moi aussi il a pris pdt 3 mois de la coc en me mentant régulièrement.je lui en veux beaucoup et ma confiance sera difficile à regagner.
La ça fait 1 semaine qu il na rien pris, il est sous valium et zoplicone mtn et on se fait suivre tous les 2 dans un centre addicto..J ai finie en dépression et je suis sous médoc mtn,je crois que c est ça qui lui a fait ouvrir les yeux!
Il y a 2 semaines, j étais tlmt à bout que je les taper! Jamais je me serais imaginer ça,moi qui suit pas bagareuse du tout.
Est ce que tu as du monde vers qui te tourner pour en parler ?
Vois avec ton médecin traitant si tu sent que tu flanche et qu il n y a pas de centre addicto chez toi.
Après je sais pas si mon homme va recommencer,1 semaine c est pas grand chose même si c est un bon début sachant qu il tenait 2 jours à chaque fois.
Mais on a vu 4 addicto différents,il s est même fait interner en centre addicto a l hôpital à sa demande mais il s est enfui au bout de 4 jours parce qu'il avait craquer et ma jurer à pls reprise qu il avait arrêter alors que non.
Pour ma part quand l autre flanche ou ne vas pas bien je me dois d être la pour l aider,ce n est pas dans ma nature de baisser les bras même si à pls reprises j avais envie de tout lâcher et me barrer le plus loin possible,je me suis toujours ressaisi..
A toi de voir sil veut vrt s en sortir ou si ce mode de vie lui convient, si tu serais prête à dormir ailleurs 2 3 jours pour lui faire comprendre que tu n acceptes pas cette situation.

Mon homme ma dit il y a 2 jours que moi et sa mère on s y prenaient mal avec lui parce qu on faisait que lui faire la moral et ça lui donnait encore plus envie de taper et que les autres n etaient pas comme ça.mais comme dit,on a pas le mode d emploi et on gere comme on peut!

Je te souhaite bien du courage, n hésite pas si tu veux te confier
Emmanuelle

Profil supprimé - 08/12/2018 à 21h23

Bonjour à toutes ...
Je reviens un peu vous donner des nouvelles ...
Il a encore craqué et cette fois ci je n'ai pas insisté pour lui faire faire un test urinaire j'ai juste fais la gueule en lui disant que de toute façon son simple refus me donner le résultat ... une semaine de gueule a pas se parler et il a finalement avouer qu'il continuait à en prendre occasionnellement et qu'il était comme ça à moi d'accpeter Ou pas ?! La blague !! Après 3 ans de lutte je dois me poser la question mnt ? Avec toutes ces attentes ? Ses promesses ? Avec tout ce qu'il m'a fait vivre ?....mais il n n'empêche que je suis tjs la ... je sais que je ne vais pas survivre à cette relation toxique je sais que je suis malheureuse mais c est le père de mes enfants et eux ne se rendent compte de rien ils ne comprendront pas et si je pars ça sera la porte ouverte à tout ... il en profitera pour descendre tout en bas .... je veux qu'il s'en sorte j'ai tout fait pour mais j'avais pas pris en considération tous les changements que ça allait engendrer aussi ... à chaque fois que je le sens « pas lui « je m'imagine qu'il en a pris mais ça ne pourrai pas être juste un changement de comportement du au manque ? Il arrive encore à me faire douter et ce qui me fait le plus de mal ce sont les mensonges ... le pire c est que je lui ai dit des milliers de fois que j'accepterais s'il me dit qu'il a craqué c est normal on s'y attend dans un processus de guérison mais non à chaque fois il ment ! C est juste invivable et insupportable d'avoir son mari qui vous mends en permanence et sur qui vous ne pouvez plus avoir confiance ... je souffre tellement de ça ... j'ai besoin d'aide pour me donner la force de dire stop et de me sauver mais je sais que je ne peux compter que sur moi même .... cette drogue est un poison pas seulement pour le corps mais pour tout ... désolée du pavé ... ma bouteille est lancé

Profil supprimé - 10/12/2018 à 14h10

je me permets de m'incruster dans ma discu puisque j'ai aussi mon amoureux qui est toxico depuis des années (vous pouvez lire mon fil de discussion si vous voulez)

je m'aperçois cependant que ma situation est un peu différente:
cet homme ne fait "que" fumer l'héro
il m'a tout avoué dès le début et ne me cache aucune de ses rechutes

mais quand je vous lis, j'imagine la souffrance et la galère
est-ce que j'ai envie de vivre cela? non

Profil supprimé - 14/12/2018 à 21h57

Bonsoir ,

Encore des nouvelles pas bonnes ... ça y est il a craché le morceau , il n'a jamais vraiment arrêté et surtout il m'a dit qu'il n'en avait pas envie ... il a encore beaucoup merdé le week end dernier et il s'est affiché devant tout notre entourage pour finir en boite sans me donner de nouvelle de toute la nuit ;-(et le matin forcément je m'ennerve Et il annonce aux enfants qu'on se séparer !! 10 jours avant Noël un régal !! Donc voilà la drogue et l'alcool a eu raison de notre famille c est très difficile à accepter parce que sans ça on aurait été un couple parfait ... et difficle aussi parce que j'ai l'impression d'avoir échoué pour le sauver , j'ai pourtant tout essayé mais les filles sachez une chose on ne peux pas sauver qql qui n'en a pas envie. On est toute dans le même cas ici avec des drogues et des histoires similaires , mais on a toutes le meme but, retrouver l'homme que nous avons connu avant ÇA ou celui qui nous a fait craquer quand il n'est pas sous ÇA ... mais c est ce battre contre le vent ça ne sert à rien si notre conjoint ne réalise pas ou n'en a pas besoin... voilà c'est une triste fin pour moi et mes enfants mais peut être qu'on lira un jour sur ce forum qu'une d'entre nous y est parvenue je l'espere pour celle là et je lui dirai bravo à toi parce qu'il faut être en béton que dis je en fera pour supporter tout ce que ça engendre et y arriver !! Bravo à elle et à lui aussi de se reprendre en main avant de tout perdre... ce soir je suis triste et même plus mais je sais que je serai plus en paix avec mes petits dans un autre environnement même s'ils ne s'apercoivenT de rien pour le moment parce qu'il a au moins l'intelligence de ne jamais rentré alcoolisé ou autre mais n'empeche Qu'il n'est pas là ! Bref je pourrai continuer d'ecrire Toute la nuit mais je vais vous laisser sur ces quelques mots ; nous n'avons qu'une seule vie nous aussi prenez soin de vous parce que peu de monde le ferons à votre place

---

Profil supprimé - 31/12/2018 à 00h48

Je suis un peu dans ma même situation 2 ans de vie horrible une fille avec lui de 18 mois je suis sur le point de me sépare de lui mais voilà comme dis ...jai peur de porter plainte par peur de me détruire encore plus bref c'est dur

---

Laurana74 - 29/03/2021 à 14h38

Bonjour je vis exactement la même situation ... j'ai un enfant de 3 ans et un de 6 mois ... je ne sais plus quoi faire non plus ....

Profil supprimé - 29/03/2021 à 17h48

Laura.... Je comprend tout à fais .. moi je l'ai quitté car je ne pouvait plus comme cela

---

Toxenherbe - 26/07/2023 à 04h18

Bonjour, je suis tombé ici en cherchant des infos, et vos histoires étaient assez intéressantes. Difficiles à suivre avec les profil supprimés.

Je voulais répondre car je ne vois que des femmes en détresse mais aucun toxico pour donner son avis. Du coup je vais rétablir ça, même si ça n'aura probablement aucun intérêt.

Déjà je voulais répondre à celle qui parlait de son mec de 17 ans qui a commencé par les joints de plus en plus, puis ecsta et compagnie puis cc. Je pense qu'on peut profiter de sa jeunesse sans se défoncer à toutes les drogues. C'est une excuse à la con. Et c'est ce genre d'excuse qui fait que depuis mes 15 ans, soit depuis 13 ans, je n'ai jamais arrêté de prendre des drogues. Je ne pense pas que j'aurais une réponse, mais je suis quasiment sur qu'avec une attitude comme ça le mec a mal fini. Déjà avoir du mal à arrêter la beuh alors que c'est une addiction principalement psychologique, pour arrêter les stimulants il aura du mal...
J'ai commencé en me disant plus ou moins ça et pour diverses raisons. Ça fait 13 ans, depuis mes 15 ans, que je prend des médicaments et drogues. J'ai du tester une bonne centaine de molécules différentes. Et même des nouvelles drogues aux effets inconnus. Les dernières étant l'héroïne et en dernier la cocaïne. La première fois j'ai directement dépensé plus de 1000€ dedans. J'ai sauté dedans à pied joints, ça m'a même fait arrêter l'hero x) bizarrement je n'ai jamais eu d'addiction précise. J'ai facilement arrêté des drogues pour passer à d'autres (qui n'agissent pourtant pas sur les mêmes neurotransmetteurs et récepteurs). Mon addiction à moi est principalement psychologique je pense, car j'ai arrêté pleins de fois, la codéine et le joint sans problème, sans substitue. Pareil pour les benzos. L'hero j'ai arrêté grace à la cocaïne mais j'ai déjà fait sans. J'ai tendance à être ultra excessif dans mes consommations, bref.

Je pense que la consommation de joint quand elle devient journalière, ou du moins quand on pense ne pas pouvoir s'en passer, c'est qu'il faut réagir, sinon ça ne fera qu'empirer. Perso à la fin je fumais une dizaine de joints pures (sans tabac) tellement j'étais habitué. On s'y habitue vite je trouve, mais on se déshabitue très vite aussi. Si il a du mal à arrêter le cannabis c'est qu'il n'a pas conscience que la dépendance est majoritairement psychologique et qu'il n'a.pas la force. En tombant dans la c à son âge je pense qu'il y'a 90% de chances qu'il y soit encore.

Pour vous aider vous ou un proche qui a un tel comportement additif il y'a pas 36 solutions, la meilleure reste la cure. Vous pouvez aussi vous rapprocher des associations style caarud. Avec la cmu c'est gratuit en plus, pour ceux qui l'ont. Cependant la cure nécessite d'avoir envie d'arrêter. Je pense à la cure car ça permet d'arrêter l'esprit tranquille, loin des ennuis quotidiens et toutes les excuses qu'on se donne pour continuer du style " ça m'aide à tenir, déstresser etc " peu importe, c'est souvent des excuses quand on en vient à se dire ces choses. Après un arrêt, pour beaucoup de drogue mais encore plus pour la c, on, du moins dans mon cas je perd toute motivation et

énergie pendant plusieurs jours, je peux dormir jusqu'à 18h, j'ai aucune envie de rien etc. Seul mon AD pourra m'aider je pense.

Aussi quand on est le toxico on n'a pas forcément envie de dévoiler nos "tares" ou devoir expliquer pourquoi on prend tel truc, ou se voir dire qu'il faut faire ceci ou cela, car généralement les gens qui n'ont jamais été dans cet état ne peuvent pas vraiment savoir. Donc en général on estime que les conseils des proches c'est de la merde et qu'ils parlent sans savoir ^^ bref à part être dans l'empathie et non le reproche, et essayer de le guider vers des pros, yna pas grand chose à faire. Mais souvent ils risquent de replonger, je ne sais pas si vous devriez fuire ou non à vrai dire. Ça dépend de la situation et de vous. Dans le cas du mec de 17 ans qui commence avec les amphet et qui a du mal a arrêter la weed, par exemple, je pense que c'est peine perdue. Il est jeune et n'a pas d'enfants, il se relèvera plus facilement qu'un quarantenaire marié avec des enfants, qui lui pourrait s'enfoncer encore plus...

Bref ça devient long. J'ai pas vraiment de conseil, c'est au cas par cas, mais souvent il y'aura une ou plusieurs rechute, jusqu'à l'arrêt total. Puis ça dépend de chaqu'un. Perso j'suis toujours polytoxicomane, mais je fume quasiment plus de joints, j'en ai chez moi mais je m'en passe. Par contre la c j'ai du mal. Mais j'ai une personnalité d'addict, un manque de volonté et j'ai bousillée la neurochimie de mon cerveau avec toutes ces années de consommation de drogues variées, d'antidépresseurs en automédication et autres. Donc mon cas est un peu à part. Le mec qui a été en taule, par exemple, pourrait avoir la force mentale de ne jamais replonger vue sa situation, qu'il a une famille etc. On peut facilement tomber dedans sans s'en rendre compte, mais après 8 mois d'abstinence il a peut être compris.. j'aimerais bien savoir, c'était une série pour moi vos histoires. Au cas où l'autrice passe par là, donne nous des news. J'ai envie de croire en lui.

Tristoun - 26/07/2023 à 14h37

Bonjour à tous,

Tout est dit dans ce fil de discussion... Je suis touchée par votre long message Toxenherbe. Et ce même si je suis de l'autre côté, le conjoint qui subit la toxicomanie de l'autre.

J'espère sincèrement sincèrement que vous vous en sortirez...pourquoi pas fonder une famille et vivre heureux à leur côtés.

Pour ma part, nous avions tout pour être heureux, la santé, un bon travail, 3 beaux enfants, une maison à nous en banlieue parisienne, deux voitures ets... Mais il s'ennuyait (de son propre aveux) alors il est allé chercher des sensations auprès d'autres femmes mais aussi dans les sorties excessives, l'alcool et puis les drogues... Maintenant il fait tout ça en même temps mais il est en dépression ça ne suffit plus (avec 5gr de C / jour) alors il rejette la faute sur moi.
Consomme dans la maison et s'en fiche de laisser des résidus dans les espaces accessibles aux enfants....
Après X tentatives pour l'aider à s'en sortir par tous les moyens y compris la menace de prendre les enfants et partir rien n'a fonctionné. Pendant toutes ces années j'ai ramé et rame encore pour m'occuper comme il se doit de nos enfants qu'ils ne manquent de rien et être présente pour tout ce qui les concerne...

J'ai donc pris mon courage à deux mains et ai décidé d'en parler à des professionnels qui m'ont poussé à la plainte contre lui car il met en danger nos enfants et ne s'occupe absolument pas d'eux et leur bien être.

Maintenant, face à la justice, je suis désemparée et ressent un peu de remords il doit être entendu demain par un procureur, notre domicile sera perquisitionné pendant son audition.
Mais je sais au fond que je n'avais aucun autre moyen de l'aider et m'aider moi aussi car il refuse de faire les démarches pour notre divorce et il me fait peur... Ce n'est pas ça que j'ai épousé, ça Parce c'est un montre , un egoiste sans aucune conscience ni considération qu'il est devenu...

Je ne lui souhaite aucun mal mais je dois penser à mes enfants et à moi avant toute autre chose .
Je ne sais pas ce qu'il risque avec cette procédure? Si quelqu'un sait, je suis preneuse.

Force et courage à tous ceux qui vivent ma situation ou celle de Toxenherbe.

Lemouvement - 28/07/2023 à 21h32

Merci Toxenherbe pour ton témoignage. Moi je suis compagne d un addict à la cocaïne, si tu as le temps, l envie, la curiosité, mon histoire est dans le fil "deni toxico". Mais en tt cas je voulais te remercier sincèrement parce que ça fait du bien d entendre ce qu il se passe pour qq un en addiction, et juste d échanger ensemble en fait. Surtout que sur ces forums, nous sommes souvent dans la situation où le silence de nos compagnons laissent libre court à des interprétations de notre côté.
J ai l impression que tu arrives à composer avec ton addiction et le reste de ta vie, en te lisant, j ai l impression que tu fais avec et que tu arrives à limiter les excès. En tout cas je l espère pour toi. De ce que je comprends, la c par contre a une emprise un peu plus inattendue sur toi. Je ne sais pas à quel point elle s immisce dans ton quotidien, si tu as envie d en dire plus, sinon pas de socuis je comprends qu on n est pas obligé de tout dire

@Tristoun, c est triste mais tu as fait le choix qui te convient le mieux. Tu n as pas à tout prendre sur toi. atmosphère à la maison est toxique mais surtout dangereuse pour vos enfants. Je ne sais pas ce qu il risque, j imagine une assignation aux soins. Mon compagnon aussi m a parlé "d ennui" qui le fait prendre ses prises de cocaïne. A mon avis pour le cas de mon compagnon, ça a pu être l ennui de la routine, mais après avoir pris c est la recherche de ces montées, et c est l ennui quand il n est pas sous l effet (et ce n est plus tellement une histoire de routine). Tiens-nous au courant si tu le souhaites.

Toxenherbe - 01/08/2023 à 09h03

Lemouvement : Envoie le lien je connais pas le forum. Et non t'as tout faux j'arrive pas du tout à composer avec. Encore avec l'héroïne et les médocs ça allait car c'est pas cher, mais la cocaïne en plus de péter mon budget, l'arrêt me semble difficile car sans ça je dors 16-18h/jours environ. Du coup j'essaie de râlentir j'ai réussi à dormir hier pour une fois donc stopper.mes prises et sur 1g il me reste 300 mg environ donc j'ai réussi à ralentir mais bon. La je me suis levé, je me suis mouché j'ai saigné des deux narines. Des que j'ai pu j'ai

pris une trace pour la constriction de mes vaisseaux. Et j'en suis à la troisième ou 4 ème en moins de 1h. Bref non j'arrive pas du tout à composer avec malheureusement j'étais censé faire une cure, j'ai abandonné le projet pour avoir un taf, mais on m'a appelé en période où j'avais plus rien, donc je dormais... Mais je sais que j'ai pas besoin de cure pour arrêter. J'ai pris une bonne centaine de drogues différentes j'ai jamais eu de "vraie" dépendance bizarrement. Après je pense que le livre d'Allen Carr sur la cigarette m'aide dans tout ça depuis toujours car quand j'avais arrêté la clope j'ai compris que c'était dans la tête. Bon pour l'hero et tout c'est un problème neurochimique je sais mais une grande partie de l'addiction reste dans la tête je pense.

Lemouvement - 01/08/2023 à 14h24

Hello Toxenherbe,

Mon compagnon aussi dort énormement pr récuperer des prises de cocaïne.
Ralentir, c est déjà une étape. Si je m en fie à l expérience de mon compagnon, c est déjà une réussite d arriver à ne pas tout prendre, ce n est pas qu une histoire de quantité mise de côté. Comme tu le dis sur l effet psychologique, cela joue sûrement de ne pas tout prendre. Retarder la 1ere prise cela peut t aider, mm pour quelques heures.
Ca n est pas douloureux d en prendre aves les narines fragilisées?
Finalement as-tu trouvé le taf ? Je demande ça pr savoir si tu as qqs moments qui te font sortir de cet univers, pr quelques heures au moins?
Effectivement le livre d Allen Carr est très bien et il a aidé pas mal de personne.
Je te remercie pour tes partages de vie, je vois que tu es lucide sur ta situation, mm si tu n arrives pas trop à te situer sur la cocaïne.
En prendre dès le réveil est entré dans tes habitudes?
La cure ne peut plus être planifiée à nouveau?
J espère que ce ne sont pas trop de questions, sens toi libre de ne pas y répondre si c est trop
Le fil du forum dont je parlais : https://www.drogues-info-service....-COMMENT-ARRIVER-A-LIBERER-LA-PAROLE