

Vos questions / nos réponses

# Comment aider les parents et mon frère de 38 qui sniffe l'héroïne

Par [Profil supprimé](#) Postée le 17/01/2020 09:20

Bonjour,

Mon frère a 38 et il a recommencé à sniffer l'héroïne.

Il habite avec mes parents qui sont âgés; mon père a 83 ans et ma mère 75ans.

J'habite très loin de mes parents et depuis une semaine ma mère m'appelle en pleurs et me demande de l'aider à trouver une solution, elle a des attaques de panique, mon père se sent menacé car au passé, à deux reprises, quand mon frère était ivre avait menacé les parents avec un couteau.

Mon frère avait commencé la consommation des drogues adolescent jusqu'à 18 ans. Ensuite il avait arrêté pour quelques années avant de recommencer vers 23 ans et arrêter vers 30 ans. Il n'a pas d'emploi, toute sa vie il a travaillé presque 2 ans au totale, il n'a pas fait des études malgré son intelligence. Je ne connais pas exactement l'historique car à l'époque j'étais partie en Angleterre pour mes études et mes parents voulaient m'épargner de cette situation. Mon père dit à ma mère "on a un enfant malade".

Encore, à l'époque quand les parents m'avaient demandé quoi faire j'avais répondu qu'il fallait lui poser des limites. Soit il arrête soit il part de la maison car ce comportement n'est pas acceptable. Mes parents ne l'ont pas fait. Depuis toujours ils n'arrivent pas à lui poser des limites. Même si ils discutent, ils le conseillent depuis qu'il est jeune, aujourd'hui ils ne peuvent pas lui dire de partir s'il n'arrête pas car ils se sentent menacés pour leur vie. Il a quand même 38 ans, c'est un homme pas un enfant.

Aujourd'hui, mon frère se drogue dans la maison avec son ami. Je ne peux rien dire à mon frère car j'ai peur qu'il attaque mes parents ou moi même. Les parents non plus ne peuvent rien dire pour les mêmes raisons. Je crains que la prochaine fois qu'il va sortir le couteau, il va passer à l'acte. Mes parents étant âgés ont des problèmes de santé. Si c'est pas le couteau ça risque d'être un AVC...

Je suis désespérée car je veux aider mon frère à prendre conscience de ce qu'il fait. Je suis consciente de sa fragilité mais de sa réaction sous l'emprise de l'héroïne et/ou de l'alcool aussi. Il est un adolescent dans le corps d'adulte. Je suis arrivée au point de souhaiter sa mort et je ne m'aime pas pour cette pensée même si je sais que c'est parceque je suis débordée psychologiquement.

Comment sortir de ce cercle vicieux, de cette souffrance ? Comment aider mon frère ? Comment aider mes parents ?

Pourriez vous m'aider s'il vous plaît ? Est-ce qu'il y a quelque chose à faire ?

Je ne sais plus où tourner pour chercher de l'aide. Je suis consciente de cette "soupe" dans laquelle mes parents et mon frère baignent et je travaille pour n'est pas être aspiré là dedans. Mais c'est mon frère... je l'aime. De l'autre côté j'ai une famille, des enfants... Moi aussi je souffre avec cette situation. J'ai commencé à me faire à l'idée que ça va mal se terminer... Il n'y a pas des solutions miracle mais je garde un petit espoir.

Je vous remercie par avance pour votre réponse.

---

**Mise en ligne le 21/01/2020**

Bonjour,

Nous comprenons votre désarroi et souffrance face à la situation que vous décrivez.

Il est vrai que le fait de poser des limites est important vis-à-vis de votre frère mais la fragilité de vos parents aujourd'hui le permet difficilement. Il serait nécessaire de pouvoir trouver des interlocuteurs extérieurs qui puissent soutenir vos parents et planifier le départ de votre frère dans des conditions optimales.

Des centres de soins spécialisés en addictologie proposent des consultations individuelles et gratuites de médecins, psychologues et travailleurs sociaux. Ces consultations sont proposées aux personnes ayant des consommations de drogues ou d'alcool quand elles sont volontaires, mais également à leurs proches. Ainsi vos parents pourraient trouver un soutien et des conseils auprès d'un psychologue. Ils pourraient également consulter une assistante sociale et être accompagnés pour trouver un moyen de faire partir votre frère, car sa présence instaure vos parents dans un climat d'insécurité qui ne peut durer.

De votre côté, même si vous êtes à distance, vous-même pouvez consulter l'un de ces centres proches de chez vous. Cela pourrait vous aider à vous sentir soutenu et à moins souffrir de la situation qui est indépendante de votre personne. Cela vous permettrait aussi de trouver d'autres moyens de soutenir vos parents par exemple.

Vous pourrez trouver une adresse de **centre de soins en addictologie (CSAPA ou ANPAA)** dans notre rubrique « adresses utiles » en sélectionnant une ville et le critère « soutien individuel » ou « suivi socio-éducatif ».

Notre service peut également être un soutien ponctuel pour vous, vos parents ou votre frère. Nous sommes joignables de 8h à 2h, 7j/7j au **0800 23 13 13**. L'appel est anonyme et gratuit. Nous pouvons également vous proposer des orientations vers des centres de soins en addictologie proche de chez vos parents ou de chez vous.

Vous pourriez également trouver des informations utiles et complémentaires pour trouver le moyen de sécuriser vos parents, en contactant le service « **allo maltraitance des personnes âgées** » au **39 77**. L'appel est non surtaxé et joignable du lundi au vendredi de 9h à 19h.

Bien cordialement.

---

**En savoir plus :**

- [Adresses utiles du site Drogues info service](#)