

## MENSONGE HÉROÏNE MÉTHADONE

---

Par **Elia7** Posté le 11/08/2020 à 20h50

Bonjour à toutes et à tous ,

Je suis avec mon ami depuis 7 mois , j'ai su depuis le début qu'il était sous méthadone depuis le début , il est à 25mg/jour (sirop) .il le prend chaque jour à 6h du matin (je ne sais pk cet horaire )

je voulais savoir si c'était Normal qu'il se réveille en trans ,grelottant de froid à 6 h pile , vous pensez que le dosage est suffisant ? ( cela fait 2 ans qu'il est sous méthadone ) .

J'ai appris il y a deux jours , suite à de nombreux mensonges il a du avouer , qu'il avait craqué 4 fois , qu'il regrettait que ce le dégoûte , qu'il ne ressentait pas de manque mais qu'il est passé voir son frère (tres gros consommateur ) qu'il consommait devant lui avec ses amis et qu'il a donc craqué ...

Je suis consciente que ça peut arriver de craquer , je l'aiderai à sortir complètement de la , mais vraiment j'ai peur d'accepter une fois deux fois et qu'après il n'y est plus de limite . Dois je être stricte ou alors compréhensive ou je ne sais pas , je ne sais pas comment me comporter , je lui ai donc demandé de ne pas voir son frère pour le moment , côtoyer des personnes de ce milieu pour le moment n'est pas préférable ou alors y allé avec moi , pensez vous que c'est égoïste ? Il est totalement d'accord , il accepte ce deal mais j'ai peur d'être trop dur ... et en même temp j'ai trop peur d'une rechute ... j'ai vécu beaucoup de mensonge ses derniers temps car il avait peur que je le quitte suite à ses « craquage » , je lui ai donc dit que j'avais commandé des tests , que je lui ferais aléatoirement , il est d'accord , mais , avec la méthadone , les tests ne risque pas d'être faussés?

Cela fait beaucoup de question ... je vous remercie d'avance pour votre aide .

### 66 RÉPONSES

---

**Profil supprimé** - 12/08/2020 à 11h17

Salut !

Alors, je peux peut-être te renseigner sur 2-3 trucs (merci mon homme). Il est lui aussi sous methadone (gélules) depuis plusieurs années et il a lu ton post.

Ton compagnon se réveille le matin en manque "PROBABLEMENT" :

- Soit il est sous dosé par rapport à son ancienne consommation.

- Soit le fait qu'il consomme "occasionnellement" de l'héroïne joue sur son manque.

On ne connaît pas sa dose, mais 20mg sirop, s'il se piquait avant, c'est un peu léger..

Ensuite, en ce qui concerne les test de marquis (urinaire) ou autres test, tout les opioïdes marquent pareil, substitut ou non donc le fait qu'il soit sous methadone va faussé le résultat du test.

À prendre avec des pincette car je ne connais pas ton homme, mais s'il réagit ainsi (manque) celà peut aussi dire que ses "craquage" ne sont pas forcément un par ci, un par la, mais peut-être plus important qu'il le dit.. (comme tu dis qu'il n'assume pas trop face à toi et te ments, il pourrait minimiser un peu ses craquages).

Tu n'es pas trop dure selon moi. S'il a fait les démarches pour être sous substitut, c'est qu'il veut s'en sortir et visiblement ce n'est pas le cas de son frère donc il vaut mieux qu'il l'évite effectivement.

Est-il suivi par un CSAPA ? Consommes-tu des produit ou es-tu "neutre" avec tout ça (pas pour te juger ou autre, c'est pour mieux comprendre ton ressenti au niveau de tout ça car même si c'est par Amour, pense à te préserver de tout ça quand même.. Celà peut-être lourd à porter le rôle "d'infirmière " mais c'est tout à ton honneur !

Si tu as d'autres questions, n'hésite pas

Bonne journée !

---

**Elia7** - 12/08/2020 à 13h17

Merci pour ta réponse 😊 alors d'après ses dires il ne se piquait pas du tout il faisait des « speedball » si je ne me trompe pas , hero+cocaine ... cela fait 1an et demi qu'il est sous méthadone .

Donc les tests que j'ai commandé risquent d'être positif quoi qu'il arrive ...

J'ai effectivement un doute sur le nombre de craquage (même si je n'ai rien vu venir ) il a déjà eu la boule au ventre de me l'avouer (du moins son frère l'a obligé à dire la « vérité »).

Il est suivi dans un centre d'addiction mais il n'a pas dit à la medecin qu'il avait recraqué car il a peur qu'elle lui augmente ses doses de

méthadone .

Je ne suis absolument dans aucune drogue , je n'y connaît donc rien ... c'est un problème pour moi car il peut me raconter ce qu'il veut , j'ai appris beaucoup de part ce forum , je suis prête à l'aider mais j'ai besoin de savoir et j'ai bien peur que dans ce milieu le mensonge prend une grande partie ...

J'ai appris ses craquages il y a 5 jours , cela fait deux jours qu'il est infernal de mauvaise humeur , aujourd'hui il c'est levé avec des cernes très marqués, j'ai presque un doute effectivement sur le craquage occasionnel du coup ...

La medecin en addictologie qui s'occupe de lui est également medecin traitant , pensez vous que si je la consulte pour moi je peux lui dire qu'il a re consommer ELLE a le secret professionnel mais pas moi ...

---

#### **Profil supprimé - 12/08/2020 à 15h58**

Re,

Mon compagnon me dit que le speedball se fait par fix (donc avec une seringue) rarement autrement. Lorsque que l'on prend ce mélange, c'est que ni l'un ni l'autre ne fait plus trop d'effet mais certains le font juste par plaisir. C'est un truc d'injecter car le flash est somptueux..

Oui pour les tests, ne gaspille pas ton argent.. C'est inutile.

Vis à vis des craquages, tu as un bon moyen simple de savoir s'il se pique : regarde son corps, c'est visible et réalisable partout (intérieur de bras, cuisse, fesse, entre les orteils..) ça laisse les mêmes traces qu'une prise de sang (voir plus visible s'il se pique défoncé : possibilité d'abcès..) car les speedball flingue 2 fois plus les veines..

Je ne connais pas le frère mais s'il l'incite à consommer et le force à t'avouer.. c'est pas très sain.

Il faut qu'il dise tout à son medecin pour avoir un bon suivi adapté. Il n'y a qu'elle qui pourra l'aider. De plus s'il est réglo avec elle, elle sera réglo avec lui et pourra l'aider en cas de problème.

Oui le mensonge est couramment utilisé et ce même avec l'amour de sa vie..

Sa mauvaise humeur est peut-être dû à un phénomène appelé le "craving". Cette envie irrésistible de consommer. C'est à ce moment là qu'il peut rechuté très facilement si les conditions lui permettent (rendre visite à son frère pour un autre motif : tu sauras cash que c'est pour une dose).

Je te déconseilles d'aller voir son docteur. Il va TRÈS mal le prendre. Tu dois plutôt l'inciter à ce que LUI parle avec elle. Votre couple est encore frais et cela pourrait avoir un impact important.

Confit lui tes peurs. Ce que tu es prête à accepter et au contraire, ce qui ne passera pas du tout. Il faut que tu lui montres que tu ne seras pas de celle qui par amour fermeront les yeux et que tu veux son bien et qu'il se soigne pour lui et non pour vous.

---

#### **Elia7 - 13/08/2020 à 09h50**

Urgence .... je vois qu'on ne peut pas envoyer De photo mais j'ai retrouver quelque chose se matin Dans son sac de Travail (il Travail à l'usine , En regardant sur Google ça ressemble à de la drogue , j'ai tellement besoin d'aide , Je connais tellement rien , plusieurs petits billets également dans le sac , 5€ 10€ 20€ , pleins de bout de papiers pliés , j'ai vraiment besoin d'aide , j'aimerais pouvoir envoyer une photo de ce que j'ai trouvée pour qu'on m'aide

---

#### **Elia7 - 13/08/2020 à 10h47**

Il vient de m'expliquer qu'effectivement c'était bien des restes de drogue qu'il avait mis dans son sac de Travail pour pas que je les trouve et les morceaux de papier c'est la paille qu'il avait déchiré en plusieurs morceaux pour pas que je le trouve également . C'est quelqu'un de tête en l'air dans la vie de tous les jours , je lui ai donc demandé de tout tout tout trier à la maison , que je ne veux plus rien trouver en lien avec la drogue , il est d'accord il ne veut plus que je me rende malade pour ça , qu'il ne veut pas me faire de mal , qu'il va parler au medecin de ses craquages et qu'il veut que tout soient de l'histoire ancienne , je pense qu'il vient seulement de saisir que je ne resterai plus au moindre mensonge , je l'accompagnerai tant qu'il faut dans le soin mais pas dans le mensonge ..

je lui ai expliqué que ses doses de méthadone devraient peut être être revu à la hausse et cela ne veut pas dire que c'est un drogué il a peur que je le catégorise , il a peur de mes réactions en faite et grâce à toi j'ai réussi à m'exprimer calmement avec des arguments qui tiennent la route vraiment merci ... j'espère que cela s'arrangera , je pense que c'est un long parcours mais tu as raison je ne veux pas qu'il le fasse pour moi , mais pour lui , il me dit que je suis son pilié et que mon comportement l'encourage à continuer l'arrêt de la drogue ..

je te remercie au passage pour les informations que tu m'as donné . Merci beaucoup

---

#### **Cheyenne1664 - 05/09/2020 à 10h02**

Elia7 ton histoire me touche car je vis la même avec mon conjoint ( sauf que lui c est de l hero ) .il est suivi par un centre sous metha mais continue à en prendre sans me le dire et quand je m en rend compte de grosses disputes éclatent car je ne supporte pas ses mensonges. Je suis comme toi je veux l'aider ,l'encourager mais pas dans le mensonge. Lui me dit qu'il est tellement honteux qu'il ne peut pas me le dire quand il craque.

Nous sommes à deux doigts de la rupture j'ai l'impression de me battre dans le vent j'ai perdu la confiance.

Et toi comment ça a évolué ?

---

#### **Profil supprimé - 07/09/2020 à 07h28**

Courage les filles... Je vous comprends.

C'est très dur. Nous voulons aider nos proches et souvent c'est au détriment de nous même.

Il est important de se préserver.

Pour ma part, mon homme est TOTALEMENT transparent sur ses actes (ancien consommateur d'héroïne, il est sous methadone avec suivi psy et addicto hebdomadaire, il consomme des cathinones actuellement).

C'est dure à entendre mais un consommateur ment toujours.

C'est pourquoi, Seule une totale transparence et une totale confiance peut faire tenir le couple. En tout cas, c'est la seule solution qui ne détruit ni l'un ni l'autre ou tout du moins qui limite la casse...

N'hésitez pas si vous voulez discuter, je suis là...

---

**Cheyenne1664 - 07/09/2020 à 12h30**

Je suis bien d'accord avec toi mais le mien n'arrive pas à m'en parler, il me dit que c'est parce qu'il en a honte. Nous avons eu une discussion hier il me dit que même avec la metha il y pense sans arrêt et que d'un coup il en reprend, il me dit aussi que sa metha est suffisamment dosée car il n'a pas de sensation de manque. Je ne comprend plus rien.

Il a commandé des tests urinaires sur internet et me dit que le seul moyen pour qu'il résiste d'en prendre serait peut-être le fait de savoir que je peux lui coller un test n'importe quand. Il a rendez-vous au centre la semaine prochaine et veut que cette fois je sois avec lui pour entendre ce qu'ils se disent car il n'arrive pas à m'en parler directement. Je suis épuisée

---

**Elia7 - 17/09/2020 à 11h38**

Coucou @Cheyenne .

Eh bien figures toi que j'ai le même discours, qu'il pense que la dose de méthadone est suffisante qu'il ne ressent pas de manque. Mais il m'a avoué avoir craqué quand il a revu son frère qui consommait devant lui... le problème c'est que je le sais en devinant, en le « traquant » c'est juste invivable, il me dit également qu'il a honte, d'après lui c'est clairement terminé il ne veut plus jamais y toucher... je t'avoue qu'après tout ses mensonges il est difficile d'y croire, je lui ai fait un test urinaire il y a deux semaines qui c'est révélé positif (dans la notice il est bien inscrit que la méthadone ne change rien au résultat du test)

Il me jure sur père et mère que c'est impossible qu'il n'ait pas consommé. Je suis allé chez son addictologue avec lui, on a emmené le test en lui demandant s'il était positif s'il n'avait pas consommé, elle a simplement dit c'est que tu as consommé et a changé de sujet... je ne peux donc pas le croire... il ne l'admet toujours pas... je vais laisser le temps passer et voir mais voilà, cette fois-ci, encore un seul mensonge et j'arrêterai la relation qui me ronge plus qu'autre chose... ils ne se rendent pas compte qu'on se fait du souci pour eux et que la peur du mensonge nous ronge, je deviens une personne que je ne suis pas... à retourner ses vestes quand il est au travail ses poches actent pour voir si de la drogue est cachée... car le problème c'est qu'il a également vendu pour pouvoir consommer et il a une dette de 1500€ ce qui veut dire qu'il y a encore un lien avec ça malgré tout... sans compter son frère le consommateur+++ qui habite juste en face de chez nous... donc voilà c'est clair que ce n'est pas simple mais il veut sortir de ça donc je l'accompagnerai seulement si je peux lui faire confiance... Il est difficile de savoir comment se comporter afin qu'il me dise tout...

---

**Moderateur - 17/09/2020 à 16h07**

Bonjour Elia7 et Cheyenne,

@Elia7

Pour information les tests urinaires standards qui dépistent l'héroïne réagissent en fait à la morphine. La morphine est présente dans de nombreux médicaments antalgiques. Donc l'affirmation de votre ami selon laquelle il n'a pas consommé d'héroïne malgré le test positif est plausible s'il a consommé un tel médicament. Je ne dis pas qu'il n'a pas consommé d'héroïne mais en l'occurrence le test que vous avez utilisé ne dépiste pas que cette drogue.

Mais je comprends bien que vous êtes dans une position où vous ne lui faites plus confiance, où vous doutez de lui et où, parfois, vos doutes sont confirmés. Ainsi en est-il avec cet épisode où il a consommé parce que son frère avait consommé devant lui.

Si l'un des critères du "bon" dosage de la méthadone est de ne pas être en manque, l'autre critère c'est aussi que ce dosage permette de ne plus ressentir l'envie de consommer. @Cheyenne visiblement votre compagnon, qui vous avoue y penser tout le temps, n'a peut-être pas encore en effet le bon dosage si l'on s'en réfère à ce second critère. En revanche @Elia7 c'est un peu moins sûr pour vous. Le discours n'est pas tout à fait pareil, il semble exprimer du dégoût à craquer et il l'a fait dans une situation et avec quelqu'un de très particulier, son frère.

Il est difficile pour une personne extérieure de se figurer l'attraction que peut représenter l'héroïne pour une personne qui y a goûté. S'en détacher est difficile et personne ne vous dira que l'arrêt est linéaire. Il y a des rechutes, des micro-consommations dans la plupart des cas. Ce n'est pas forcément le moment et l'incident qu'il faut regarder mais la trajectoire générale : y a-t-il des progrès ? va-t-il aux rendez-vous ? est-ce que cela se passe mieux entre vous ? est-ce que vous arrivez à dialoguer ? est-ce qu'il arrive à dire lorsqu'il est en difficulté, qu'il a envie ?

Il y a certes beaucoup d'ambivalences et de mensonges chez une personne toxicomane qui essaie de s'en sortir. Et cela prend du temps d'y arriver. Mais il y a aussi des qualités, des choses que vous aimez, sinon vous ne seriez pas avec eux.

Si je puis me permettre ce conseil : essayez de regarder les choses globalement et de vous attacher à votre relation avec lui plutôt qu'à ce qu'il fait précisément. S'il est avec vous c'est qu'il vous aime aussi, du moins on peut le supposer. Si votre relation se détend et se passe bien il trouvera peut-être la force qui lui manque encore pour vraiment tourner le dos à sa drogue. Encore une fois c'est extrêmement difficile de ne pas être tenté quand on y a goûté. En revanche, si vous le pistez sans arrêt, si vous essayez de le prendre en défaut demandez-vous quel type de relation vous êtes en train d'avoir avec lui ? Que cherchez-vous à contrôler et vérifier ? S'il ment

sur sa consommation est-ce que pour autant il ment sur votre relation et ses sentiments à votre égard ?

Il y a plusieurs manières d'être avec une personne toxicomane. Celle qui serait basée sur le contrôle, une exigence de transparence totale et le dépistage ne peut que vous procurer de la frustration et de la colère. Cependant, pour éviter d'être au contraire "naïf" face aux mensonges, ce qui peut vous aider c'est de rechercher l'écoute, le dialogue et la compréhension mutuelle de vos besoins. Les besoins de l'autre ne sont pas toujours ceux que l'on voudrait mais lorsque l'on réussit à vivre dans un couple qui se fait confiance pour se parler sans se juger, alors les besoins mutuels tendent à se rapprocher. Si vous avez besoin d'eux, ils ont besoin de vous aussi.

En espérant avoir pu vous aider.

Cordialement,

le modérateur.

---

#### **Cheyenne1664 - 29/11/2020 à 21h16**

Merci beaucoup pour votre réponse.

C est tellement compliqué mon conjoint est à 40mg de metha ,il ne veut pas en prendre plus et du coup il y pense sans arrêt.

Et le problème c est que dans son cercle d amis il y a mon frère qui est aussi gros consommateur je viens d apprendre qu il est a 5grd d heroïne par jour je suis dépitée, mon conjoint essaie de s en sortir mais des qu ils se voient il replonge pas évident de ne pas voir mon frère qui habite à 5km mon conjoint me dit qu'il ne veut plus venir aux repas de famille car quand il voit mon frère partir pendant le repas pour se faire un trait lui se sent très mal et y pense 10fois plus.

Je me retrouve avec mon frère qui est entrain de se bousiller et qui ne veut rien faire. Et mon conjoint qui essaie d arrêter mais qui n y arrive pas. J en ai marre pfff

---

#### **Snow - 14/12/2020 à 20h45**

Bonsoir, je crois qu il y'a que des filles ici, j'ai lu un truc tout à l'heure sur le speed bal, bon ce melange se fait avec hero et coke et se snif avec une paille, la ou j'ai peur pour vous c est que ma copine a essayer de m'en sortir ça a durer 6 mois car quand on a des amis et de la famille qui est ds ce milieu, peu importe d'avance c'est mort et y'a pas plus menteur qu'un consommateur, il ira en toute discrétion voir ses potes et même si ça dure un mois il y retournera soit il volera ou soit il fera des dinguerie pour consommer, moi j'ai tout perdu j'étais suivi stabiliser mais revoir les mauvaises personnes te détruit très vite. Nref je ne sais pas où vous en êtes mais ne soyez pas naïves en 15 ans d'hero coke j'en ai vu et si j'avais su je ne m'en serai jamais approcher. Bon courage les filles à l'occasion je vous raconterai ce que mon amie a été jusqu'à faire pour m'aider mais trop c'est trop elle a baisser les bras et aujourd'hui elle est bien plus heureuse certes loin de moi mais avec une moitié de moi qui grandit avec elle.

---

#### **Elia7 - 15/12/2020 à 19h28**

@snow , bonsoir , merci pour ton message je suis contente que quelqu'un « du milieu » commentes ces publications . Effectivement , mon copain consommait le speed bal ... apparemment c'est compliqué oui , nous sommes reparti il y a un mois au centre d'aide . Il est suivi par une psy et augmenté ça dose de metha car il se faisait un petit stock de secours en faite mais il ne prenait pas la dose qu'il lui fallait , je crois que je commence à prendre conscience que je risque d'avoir beaucoup de mensonge encore .. et je commence d'ailleurs à baisser les bras , effectivement son vendeur est son frère qui est notre voisin d'en face ... nous avons été confiné donc pendant. Ce temps il n'a pas consommé , nous étions ensemble , il me dis vouloir être honnête (depuis 2 mois ) et me dire si vraiment il ressentait le besoin de consommer mais je pense qu'il ne le fera pas ... je ne sais plus trop quoi penser ni où cette relation va nous mener ... ce Qui est fou , c'est que tu sais ce que c'est , tu as été accompagnée par une personne qui t'as aimé , tu es conscient de tout ça , mais rien n'y a fait ... mon copain n'a plus aucun contact avec ses amis de ce milieu car il a quitté justement la région où il avait plongé dedans , il reste son frère , peut être que les chances de s'en sortir son plus simple ... je me dis que dans notre entourage il n'y a aucun consommateur ... donc ça peut être aider , en tout cas merci pour ton témoignage

---

#### **Cheyenne1664 - 01/12/2022 à 13h24**

Elia7 je revois ses messages qui datent de 2 ans ,je voulais savoir comment ça a évolué? moi j en suis toujours au même point c est très compliqué

---

#### **Snow - 05/12/2022 à 00h26**

Hello elya7 et cheyenne1664, voilà 2 ans et effectivement je me posais la même question,le temps passe et si vos conjoints sont toujours sous l'emprise d héro,sachez que déjà vous avez tout mon respect car vivre avec un toxicomane h24 en faisant tout pour avancer et qu'au final on reste dans une espèce de boucle intemporelle, tout se répète(mensonge, consommations,dette,etc...)et la situation ne s'améliore pas,au contraire, elle s'aggrave bref Les années passent et rien ne change...n'hésitez pas à echanger si besoin je suis là pour toute question ou autre. Courage Force et Honneur

---

#### **Elia7 - 05/12/2022 à 11h36**

Coucou ,

Alors ça fait maintenant bientôt 3 ans que je me bat pour qu'il s'en sorte , il a évidemment dépassé toutes les limites que j'aurais pu me fixer . J'ai de la peine d'échouer , j'ai de la peine pour lui qui est reelement volontaire pour s'en sortir mais je me rend compte que c'est plus dure que ça ...nous avons déménagé , il est tombé gravement malade , une maladie auto-immune , qui l'a emmené en soins intensifs avec un pronostic vital engagé , mais en vain ça n'a pas non plus servie, ça a été pire pendant un mois , il a fait n'importe quoi , il n'avais jamais autant consommé (dans mon dos évidemment ) depuis nos 3 ans passe . ...je suis vraiment dans l'optique de la dernière chance , il en est bien conscient, il a prit rdv de lui même chez un psy spécialisé dans l'addiction . Maintenant à lui de voir , je ne peux

plus subir cela .. et je ne peux plus l'aider , j'ai tout fait ... tout essayé ..  
je ne sais même pas si je lui en veut dans le sens où je sais que c'est tellement dure , je suis consciente de toute ça .. j'ai juste peur pour  
lui et le jour où je partirai ... ça vie est terminée , il n'a que moi , pour le diriger dans sa vie , il arrive à ne plus consommé plusieurs mois  
mais une rencontre est vite arrivé et sa recommence .. je ne sais pas où vous en êtes vous ?

---

**Snow - 09/12/2022 à 17h25**

Bonsoir elya tout d abord tu as tout mon respect a savoir ton implication sur 3 années pour l'aider et ne pas abandonner.lheroine c est  
vraiment terrible comme addiction l'idée de déménager était un excellent point de départ aucune connaissance dans ce milieu ,a savoir  
juste vous deux pour relancer votre relation (normalement juste son traitement avec de nouvelles activitees à côté sont un bon point pour  
s'en sortir).Le risque c est que derrière ton dos il aille dans un four et tenter de se fournir.C'est pour cela vous devez être honnête l un  
envers autre a 200%,car déménager loin pour rechuter et bien non.Est ce qu il veut vraiment s s'en sortir pour lui ou pour toi selon  
toi?.Je suis désolée de te dire cela mais si il ne veut pas c ewt toi qui passera a coté de ta vie les années passent et se ressemble. Moi  
de mon coté ma fille a grandi .sa mère a refais sa vie bien qu elle dise vivre avec l'homme de sa vie et non l'amour de sa vie .j'ai tout  
gâcher et je regrette si je pouvais revenir en arrière je donnerai corps et âme. J'espère que ça évoluera en bien ,cheyenne si tu nous lis  
j'espère que tout va bien pour toi aussi. A bientôt.force et honneur.

---

**Cheyenne1664 - 12/12/2022 à 21h23**

Elia7 nos histoires se ressemblent tellement, merci snow pour ton témoignage,  
Moi et mon copain on est toujours au même point il peut arrêter complètement pendant 2mois puis reprendre pendant 15 jours .toujours  
dans mon dos aussi.Il est toujours suivi il a son traitement et des rendez-vous avec la psy .  
Ce qui est compliqué c est que mon frère est dedans et s est le meilleur copain de mon homme (pas facile de les éloigner on a souvent  
des repas de famille) et il habite à 5km .  
Mon homme me dit qu'il ne comprend pas ,que son traitement lui suffit mais desfois il craque et c est quand je le découvre qu il arrête.  
Mais moi j en peu plus marre de ne plus avoir confiance de tout ses mensonges...  
La seule chose qui me retient ce sont mes filles qu il élève depuis 4 ans avec moi et elles seraient tellement tristes de perdre leur beau  
papa.et aussi le fait que si il se retrouve seul il va s enfoncer .  
Mais c est compliqué vraiment

---

**Elia7 - 13/12/2022 à 12h34**

Merci @snow pour ta réponse , ou en es tu actuellement tu as réussi à décrocher ? @cheyenne je suis exactement dans la même  
situation c'est fou , nous n'avons pas d'enfant mais je sais que si je pars c'est terminé pour lui , il ne se relèvera plus et je suis incapable  
d'avoir « ça sur ma conscience « même si on me dira que ce n'est pas à moi de gérer ça , c'est ses décisions ect ect , on ne change pas  
un tempérament , je serais incapable de le voir dans la rue , j'ai beaucoup trop d'empathie . Effectivement à l'inverse lui ça ne lui pose  
aucun problème de le voler de l'argent dans Mon sac à main si j'ai de l'espèce , de mentir ect , quand j'y repense je ne mérite pas cette  
vie et il ne fait ps vraiment d'effort , mais c'est fou ... je ne sais même plus si je suis amoureuse .. je n'arrive plus vraiment à savoir

---

**Cheyenne1664 - 13/12/2022 à 12h48**

Ah oui il va jusqu'à te voler ! Ah moi non il n en est pas a là il se débrouille tout seul pour ses conneries. Je suis dans le même état que  
toi je me dit qu on avance de 3 pas et qu on recule de 2 a chaque fois.le médecin qui le dit dit que c est normal qu il replonge de temps en  
temps que les jours ou il n en prends pas le font avancer.mais moi je me dit que lui qui aimerait réduire son traitement rapidement, c est  
pas en consommant qu il le diminuera. Pfff

---

**Snow - 02/01/2023 à 19h58**

Bonsoir les amies . Bonne année santé et que vos objectifs puissent devenir réalité. En vous lisant je me dis que rien n a avancer depuis  
2020 parfois une lueur d espoir se précise mais pour nimporte quelle raison propre a chacun chacune de nous tout s ecroule...moi  
malheureusement jai encore été faible et je m'en veux malgré tout je vais recasser ce cercle de faux amis et ce téléphone aussi et tenter  
de partir retenter un sevrage bref ce n est pas rose non plus mais notre forum s'intitule héroïne mensonge methadone et maintenant je  
découvre vol pour elia la oui je m inquiete ...les filles les dates sont révélatrices plus de 2 ans et on en est au même stade..éloignez vous  
de ce monde pensez a vous ..  
Si vous selon vous fais tout pour les aider , pensez à vous on n'a qu'une seule vie..force et honneur à bientôt  
snow

---

**Cheyenne1664 - 03/01/2023 à 06h41**

Meilleurs voeux à toi aussi snow ,pour mz part mon homme essaye vraiment de s en sortir je lui fais des test urinaire toutes les semaines  
pour le moment ça a l air d aller. On verra par la suite .bon courage

---

**Elia7 - 03/01/2023 à 08h15**

Meilleurs vœux à vous deux , une bonne santé ...  
@cheyenne1664 , les tests urinaires j'ai fait aussi , mais à un moment je ne le faisais plus Qu une semaine sur deux puis après j'ai arrêté  
j'en avais marre .. comme la méthadone , c'est moi qui lui délivrait chaque jours pour pas qu'il triche , et j'ai baissé les bras , il y a trop  
de ruse ... vraiment c'est dure car comme toi , il veut vraiment s'en sortir , il a honte à chaque fois , il pleure , ect ect , mais en relisant le fil  
d'actualité je me dis aussi que j'ai subit beaucoup et effectivement , on en est au même point ... et je ne suis pourtant pas capable de le  
faire partir , non pas par amour , mais par culpabilité...

---

**Manon2015 - 03/01/2023 à 17h43**

Bonjour à tous, bonne année à tous que cette année apaise nos cœurs!  
J'ai passer la nuit dernière sur le forum et aussi sur vos discussions. Je me retrouve en vous ça me terrifie d'ailleurs car je suis au stade que vous étiez en 2020... Je suis avec lui depuis que quelques mois... Et j'ai appris son addiction il y a seulement 5-6 mois, et par tout les moyens j'ai essayé qu'il arrête ou du moins qu'il diminue... mais je me sens impuissante et terriblement seule, personne avec qui réellement en parler... Je me lève je pleure, je m'endors je pleure toute ma force je lui donne je suis tellement éprouver et je suis encore jeune je me sens capable et en même temp incapable de supporter ça...  
J'aurai une question pour vous les filles si vous voulez bien y répondre  
Si vous auriez la chance de retourner en 2020, est-ce que tout ça valait le coup ? Est-ce qu'il faut pas plutôt fuir ?  
Je vous remercie  
Je suis tellement éprouvée mais je l'aime et j'aime aussi l'aider...

---

**Cheyenne1664 - 07/01/2023 à 13h08**

Bonjour manon, s'est avec tristesse que je te lis ,pour répondre à tes questions je pense que malgré l amour que je lui porte les moments inoubliables que nous avons vécu, notre complicité (sauf pour la drogue) .j aurais su que ça aurait été si compliqué je ne me serais pas lancé dans cette aventure .je suis comme toi usée et blessée.  
Et comme ELias le dit je suis incapable de le quitter juste par culpabilité car j ai peur qu'il s enfonce encore plus sans moi.Mais comme on dit aussi le conjoint ne peut pas être a lui seul le sauveur du couple.  
Je n ai pas de conseil a te donner, je veux juste te dire que tu es jeune et ne perd pas ta jeunesse ...  
En espérant que ça va aller pour toi

---

**Manon2015 - 15/01/2023 à 08h45**

Bonjour, je te remercie d'avoir répondu à mon message je l'ai lue il a plusieurs jours mais j'ai préféré discuter à nouveau avec lui et aussi prendre le temp de réfléchir de mon côté. Suite à ses discussions que j'ai eu avec lui il m'affirme qu'il s'agit que de la metha, il est d'ailleurs suivi par ça mais je dois avouer que plus les jours passent plus j'ai des doutes ... Est-ce que la metha donne une grosse fatigue ? ( a s'endormir en plein repas par exemple) je te remercie déjà de ta réponse précédente

---

**Cheyenne1664 - 16/01/2023 à 09h30**

Bonjour manon , j espère pour toi que ce qu'il dit est vrai .pour répondre à ta question je sais que mon homme dort bien quand il prend sa metha mais juste la nuit .ca dépend peut-être de l heure ou il la prend peut-être qu il la prend avant le repas .  
T a t il montrer son ordonnance pour son traitement ?  
Ne prend t il pas les 2 ?  
C est vrai que c est très compliqué à savoir car ils savent bien mentir.  
J espère pour toi que ça va aller  
Bonne journée

---

**Elia7 - 16/01/2023 à 10h00**

Bonjour à vous deux , pour la part , j'aurais su que ce serait un parcours si difficile , malgres qu'on m'ai prévenu , en partie par ce fil de discussion mais je suis aussi allé au centre d'addictologie , il y a des personnes qui sont là pour l'entourage , ils m'avaient prévenu , que ce serait un combat à vie , je n'ai pas voulu y croire pendant qu'il était différent des autres , qu'aucune personé de notre entourage est dans la drogue , que je gère des comptes bancaire , c'est à dire que je ne l'autorise pas à faire de retrait en espèce et j'en passe ...  
Malheureusement on en est toujours au même point , les vices , les mensonges , la trahison , c'est encore plus difficile à supporté quand 3 années de combat se sont installés ...  
Effectivement la méthadone fatigue ,d'ailleurs , avec accord de son médecin addictologue (j'étais présente avec lui ) il a un dosage de metha de 60mg , il prend 20 mg le midi et 40 le soir , cela lui permet d'être moins fatigué la journée ... cela dit , ils sont malin , quand il consomment ils ne le prennent pas , ou plus tard , ou caché dans les poches , dans la voiture ect ...  
Ton choix t'appartiens mais ce ne sera pas facile , ni pour toi , ni pour lui car cette addiction est un enfer pour eux , ils n'ont plus vraiment le contrôle , quand le « cerveau » a décidé qu'il voudrait consommer , il le fera peu importe la manière , même à crédit s'il ne peut le payer sur le moment ...  
Je suis désolée de te dire tout ça , c'est malheureusement ce que je vie , et ce que je retrouve dans les accompagnants de personne addict a l'héroïne ....

---

**Manon2015 - 16/01/2023 à 16h28**

Je me retrouve tellement en vous deux au « début » et j'ai peur de l'issue final... Comme je l'avais dis dans mon tout premier message je suis jeune j'ai bientôt 25 ans et avant tout ça j'avais une vie stable ( pas ttes heureuse ) mais du moins saine... J'ai vue plusieurs ordonnances mais seulement de 10mg c'est pour cela qu'il me semble très étrange cette fatigue ( une fatigue qui dure en moyenne 2 jours ) ... Pour l'instant je l'ai jamais accompagné à ses rdv car je me sens pas prête et je le flic assez comme ça... Je sais qu'au début de notre rencontre il acheter de la metha mais c'était une dose de 40mg c'est pour ça je me pose la question si il ne se fournit pas encore ailleurs... et si c'est que de la metha...  
Savez-vous si il y'a des « groupes Facebook » ou ce genre de choses pour l'entourage ?

---

**Elia7 - 16/01/2023 à 17h36**

Ma pauvre ... j'ai tellement d'empathie envers toi , sache que l'héroïne, il est impossible dans sortir sans un réel traitement , car même avec , c'est un combat à vie , 10mg me parais très peu sauf s'il est sous metha depuis des années , tu sauras aussi que la metha se délivre seulement pour un mois , chaque mois .  
La fatigue peut être dû à une consommation ou surconsommation (c'est juste mon avis )

Et du coup là redescende , en général mal de ventre s'accompagne à la fatigue ..  
s'il a déjà une ordonnance c'est qu'il a un médecin addictologue , seul eux peuvent les prescrire ...ma pauvre j'aimerais tellement que tu ai le courage de sortir de ça ... comme tu dis tu as 25 ans tu avais une vie paisible ... tout comme moi je l'avais ... et te voilà obligé de Flicker ton chéri ... pour sa santé ... courage à toi ...  
Malheureusement je ne connais pas de groupe je vais voir si je trouve quelque chose , mais si tu veux tu peux chercher un centre d'addictologie autour de toi et prendre un rdv pour toi , tu y va seul , ils vont t'expliquer comment ça fonctionne dans ce milieu , leur tête ect ... courage à toi ...

---

**311015 - 25/01/2023 à 01h18**

Bonjour à toutes je me présente j'ai 34 ans depuis l'âge de 17 ans je consommais de l'héroïne et là ça fait 3 ans que je ne consomme plus mais que j'ai arrêté avec la cocaïne donc vous voyez où j'en suis je connais très bien ce milieu donc si vous voulez des conseils ou parler ou quoi que ce soit aucun problème et que ce soit sur l'alcool l'héroïne la cocaïne même les cachets si je peux vous renseigner ou vous donner des conseils pas de problème vos histoires me touchent énormément je suis de l'autre côté mais je comprends totalement que pour l'entourage c'est super dur après moi je suis avec mon copain depuis 10 ans mais tous les deux on est des gros consommateurs donc c'est encore moi évident de s'en sortir

---

**311015 - 25/01/2023 à 01h44**

Bonjour Manon t message à toi et tt d'ailleurs me touche beaucoup après moi c'est une autre situation je consomme depuis l'âge de 17 ans de l'héroïne et depuis 3ans j'arrive à ne pas en consommer mais grâce à la cocaïne une autre addiction pour en arrêter une autre malheureusement c'est très souvent que ça arrive mais ça resou en aucun mon problème mais si tu veux m posé des questions ou m demande des conseils je peux te le donner si ça peut t'aider malheureusement je connais que trop bien ce milieu et les gens qui sont dedans . Et même si je suis toujours dedans on a tous des histoires différentes et c'est pas pareil pour tout le monde.

---

**311015 - 25/01/2023 à 02h10**

Et les filles ne croyaient pas que parce que je suis encore dedans je peux pas vous donner de bons conseils au contraire je suis bien placé pour vous conseiller et si vous parlez un peu avec moi vous allez vous rendre compte que je suis très honnête même si des fois ça plaît pas et si je sais pas quelque chose je ne répondrai pas n'importe quoi mais si mon expérience malheureusement qui dure et qui dure peut vous aider moi honnêtement de mon côté ça me ferait du bien

---

**Azema - 26/01/2023 à 06h43**

Bonjour les filles, je me retrouve dans la même situation que vous.  
Mon compagnon est sous méthadone avant c'était en gellule et maintenant en sirop . Il était suivi en csapa....il a arrêté 20 ans qu'il consomme....il s'est repiqué en mai puis en fumant avec l'aluminium régulièrement.... On est allé voir thérapeute, médecin , on s'est renseigné pour des cures... Puis au dernier moment, refus total.....  
Il a augmenté à 80 sa metha mais j'ai encore retrouvé de l'alcool dans le garage. Avec son médecin on a conclu de faire sa délivrance en deux fois sur la semaine et s'il ne tient pas ce sera journalier. Il s'appuie sur moi. Dit qu'il a uniquement besoin de moi. Mais je ne suis pas médecin ni psy.... Actuellement enceinte c'est très compliqué pour moi . Nous sommes une famille recomposée je suis épuisée également. Il s'endort tout le temps même au volant . (Vous dire ma peur lorsqu'il ne rentre pas à l'heure habituelle) il est également alcoolique depuis 24ans. J'ai tout essayé, la compassion, menaces, je l'ai pisté avec un traceur sur son tel , fouillé l'historique du gps , écrit le nombre de km de la voiture. ...tous les jours je regarde poches garage voiture. .... Ici il n'est pas allé bosser il s'est levé il a vomi partout, frileux, cet nuit il était noyé. Hier soir j'ai vu qu'il avait effacé des messages et il est revenu plus tard. Je suis persuadée qu'il a acheté hier...pleins de courage les filles.... Ici je vais reprendre rdv avec son médecin pour trouver une solution

---

**Cheyenne1664 - 26/01/2023 à 09h34**

Salut à toi ,je t envoi plein de courage ... c est tellement compliqué cette situation où l homme se repose sur nous .  
Pour ma part après l avoir grillé 2 fois en 2 mois nous avons eu une grosse discussion il y a 3 semaines. Il veut vraiment s en sortir mais la tentation quand il voyait mon frère consommateur ++ était trop forte ,du coup il a décidé de couper les ponts avec lui  
C est très compliqué car mon frère vit chez mes parents et nous allions très souvent chez mes parents alors eux se demandent pourquoi mon conjoint ne vient plus. Mais c est pour la bonne cause en espérant qu'il tienne le coup ,sa metha est bien dosé quand il ne voit pas mon frère il n a pas envie de consommer.  
J espère que ça va durer et qu a un moment nous pourrions nous retrouver en famille comme avant.  
....

---

**311015 - 26/01/2023 à 14h31**

bonjour,Cheyenne1664 ton témoignage me touche vraiment car de mon côté je vis depuis des années avec une addiction et mon frère qui est addict aussi en plus on est donc c'est compliqué mais avec les années c'est-à-dire environ 15 16 ans de consommation je me rends compte que n'importe quelle personne autour de moi qui consomme c'est pas possible surtout les débuts de l'arrêt le problème avec cette drogue c'est que oui la méthadone tête au début mais c'est que pour le physique le plus dur derrière c'est le psychologique après malheureusement c'est mon point de vue et c'est pas méchant attention je te parle en temps que grande consommatrice et dans la même situation que ton copain après je sais pas exactement combien de temps il est dedans mais si il veut vraiment sortir malheureusement les débuts il faut voir aucun consommateur après c'est mon point de vue et de mon côté j'arrive toujours pas à couper les avec mon frère mais je m'aperçois au fil des années que je me donne sûrement des excuses pour continuer à consommer comme tout consommateur fait c'est notre problème les excuses et le mensonges en tout cas franchement je trouve que c'est super que tu restes avec lui tu dois vraiment être amoureuse je te souhaite bon courage à toi et ton homme

---

**Cheyenne1664 - 26/01/2023 à 15h35**

Salut 311015 .mon homme est dans depuis une 10eme d année et essaye d arrêter depuis qu on est ensemble 4 ans ,desfois avec le traitement il arrive a ne pas consommer pendant 3 mois et du coup il rechute jusqu'à ce que je le grille.  
Il est suivi par un csapa il y va tout les mois ,c est dur mais oui je l aime et j ai énormément d empathie, je sais que si il arrête c est pour nous car comme il me le dit si il était tout seul ça ne le dérangerait pas de consommer.  
Mais moi j ai 2 enfants d une précédente union ,mes filles il les aime comme si c était les siennes ,je pense que ça lui fait un équilibre. En tout cas c est vrai que 4 ans de traitement c est long et tant de rechutes desfois je désespère un peu .

---

**Manon2015 - 29/01/2023 à 17h12**

Bonjour, Je vous remercie à tous de vos précédents messages je souffre énormément depuis le début de cette année et pourtant j'essaye de prendre ça avec douceur et me dire qu'au final c'est pas ma vie mais la sienne nous vivons même pas ensemble... mais je me réveille le matin la première idée que j'ai c'est me dire comment il va si il est « clean » ou non. Bêtement j'ai toujours cru que c'était « juste » une consommation de metha je me disai que parfois il surdose ou autre... Mais bon il a du me révéler la vérité même si au fond de moi je m'en doutai ça m'a fais un choque, il consomme encore ( pas tout les jours évidemment...)  
Merci de ta lumière @311015 je dois avouer que je connais même pas la différence entre cocaïne ou héroïne et je me sens pas encore prête à rencontrer un addictologue avec ou sans lui, est-ce que l'on pourrait discuter ailleurs ensemble sur un réseau ? Après j'imagine que tu n'as pas que ça à faire mais je pense que ça pourrai m'aider à comprendre

---

**311015 - 07/02/2023 à 00h16**

Elia7 bonjour qan je te lit je suis tellement désolé pour toi c'est une situation que je souhaite a personne moi je consomme depuis 17ans j'en est 35 c'est très dur d'un côté comme de l'autre sauf que vous vous l'avez pas choisi vous subissez notre addiction après pour moi je pense que de le quitter l'aidera si il a envie de s'en sortir et toi tu pourras déjà voir si il t'aime plus que la consommation et surtout a changé de vie le faite de rester avec ou de le quitter ne changera pas son avenir si il a pas décidé de s'en sortir rien n'y changera pour lui par contre pour toi ça change tout.

---

**311015 - 07/02/2023 à 00h20**

Bonjour à tous pour information les speedball se consomme en snif ou en l'injection généralement c'est pour les personnes à qui les drogues ne font plus rien mais c'est deux fois plus addictif. Pour ma part c'était en injection j'ai vraiment eu énormément de mal à arrêter ça fait maintenant 8 ans que je n'ai plus toucher à la seringue mais bon je suis toujours consommatrice mais j'essaie de m'en sortir et surtout je suis positive en me disant que j'y arriverai.

---

**311015 - 07/02/2023 à 00h36**

Manon2015bonsoir pas de souci si tu veux qu'on discute ensemble dis-moi sur snap Messenger à toi de me dire aucun problème si je peux t'aider ça me dérange pas au contraire si je peux aider avec mon expérience c'est sans souci

---

**Manon2015 - 10/02/2023 à 19h34**

Coucou depuis quelques jours j'écris mon snap mais je crois le forum refuse qu'on s'échange nos réseaux ...

---

**Elia7 - 16/02/2023 à 05h53**

Merci 311015 pour tes réponses .  
C'est effectivement le choix que je dois faire , j'en sui reelemnt consciente , chaques jours qui passent m'oppressent de plus en plus .  
Mais je n'arrive pas à le laisser , à le laisser foutre sa vie en l'air . Même si , je sais , que je ne peux rien y faire .  
Comme je l'ai indiqué dans un message précédant , il est tombé gravement malade cette été . Une inflammation des vaisseaux sanguins , il fait que la chimio chaques moi , une 15aines de médicament pr jour , imaginez le cocktail qu'il fait en mélangeant la drogue avec tout cela ....  
Ce qui est difficile c'est que je lui dit que je ne veux plus être avec lui que je veux qu'il parte , que c'est poison pour moi , mais non ... il ne veut pas partir , nous faisons chambre séparé , mais ça ne le dérange pas ... en faites tant que je suis encore « là » ça lui va ...  
Pour toi 311015, Qu est ce qui fait que tu craques ? Que tu reconsommes à chaques fois ?  
Qu est ce qui pourrai t'aider ou alors Qu est ce qui te manques?

---

**Cheyenne1664 - 16/02/2023 à 21h11**

J en peux plus je suis effondrée, ça faisais un peu plus de 2 mois qu il ne voyait plus mon frère pour ne plus consommer. Et voilà que ce soir je le grille encore et il me raconte encore des salades je lui fait un test ,il me met de l eau dedans a la place de l urine maintenant c est un gars du boulot qui lui en vend .j en peux plus vraiment...

---

**Cheyenne1664 - 17/02/2023 à 08h05**

Il en est même à me dire que je ne vois pas les efforts qu il fait ( quand avec son traitement il arrive a ne pas consommer)  
Mais comme je lui dit je vois bien ses efforts mais se qui me ronge c est les mensonges, le fait qu il arrive même a me mentir quand je le prends sur le fait. Il me dit qu'il n arrive pas a m avouer et qu'il fait toujours des efforts mais que desfois il craque. Ce que je pourrais comprendre mais pourquoi me mentir autant.  
Il est entrain de bousiller notre couple j en peux plus.

---

**Elia7 - 17/02/2023 à 09h01**

@cheyenne ma pauvre ... je te comprend tellement, j'y ai aussi eu le droit à l'eau la place de l'urine ... et le mec du boulot qui lui vend , je me suis rendu compte , que même avec l'empathie ça ne foctionne pas , on remet tous nos espoirs sur leur parole sur la confiance , mais leur pulsion de devoir consommer et plus forte que tout .. et ils ont honte une fois que c'est fait , mais le mal est fait pour nous aussi ... ma pauvre je te comprend tellement ... il te dira sûrement que c'est la dernière fois qu'il va se ressaisir . Moi au bout d'un an , c'est moi qui avait sa carte bancaire , et les code d'accès au compte bancaire . Sa cette est enregistrée dans son tél comme ça s'il a besoin de payer , il utilise l'Apple Pay , le sans contact , comme ça si jamais (car c'est arrivé ) il me piquais la carte dans mon sac , je pouvais voir le retrait , en 2023 , les retraits on en fait plus , on paye en carte et point , l'espèce c'est pour la drogue ... et tellement malin , qu'il a finir par allé au guichet avec ça carte d'identité et retirer tranquillement ....

---

**Cheyenne1664 - 17/02/2023 à 09h28**

C est tellement dur ,je me sent comme trompée, j ai peur de le quitter pour lui et pour mes filles qui l adorent et qui ne vont pas comprendre, on ne se dispute jamais devant elles.

Ce que je ne comprend pas c est que quand il craque c est pas une fois, il en reprend pendant plusieurs jours de suite (donc quand il me dit que quand il craque il a honte j ai des doutes)

Il est pourtant bien suivi au centre et il me dit que ça metha et bien dosé 60 par jour mais j ai un doute aussi .

---

**Cheyenne1664 - 12/06/2023 à 09h06**

Coucou à tous , après avoir encore caler mon conjoint qui continue à me cacher sa consommation.

J ai encore trouvé du papier alu rouler ,et lui qui ne me répond pas quand je lui demande des explications. J ai enfin franchi le pas je lui ai dit que nous deux c était fini .

Il ne me répond pas ne réagi pas .

Je suis dévasté je l aime énormément, et mes filles vont être tristes .mais la j en peux plus de ses mensonges ,d être prise pour une conne...

Voilà après 5 ans d amour ça s arrête à cause de cette merde ...

---

**Allegra - 13/06/2023 à 00h40**

Bonsoir Cheyenne,

Je suis désolée pour vous et je vous envoie mes amitiés et ma sympathie.

C'est très dur de quitter quelqu'un qu'on aime. Toute rupture est difficile mais quitter quelqu'un à cause de sa consommation de drogue a un goût différent. Ce n'est pas comme si il n'y avait plus d'amour, ou comme si les envies et personnalités ne convergeaient plus. On quitte à cause du produit, à cause d'un élément extérieur qui détruit tout sur son passage.

C'est une cicatrice qui ne s'effacera jamais.

Mais l'amour ne suffit pas. Et lorsque l'on se met en danger ou que l'on en vient à gâcher sa vie, il n'y a malheureusement pas d'autres solutions.

Sortir de la drogue est un long combat.

Espérer et souhaiter que votre conjoint s'en sorte pour lui et non plus pour votre couple est la seule chose qu'il reste à faire.

Loin de tout cela et avec le détachement que seul le temps permettra, vous verrez comment les choses se passent.

S'il est déterminé, il s'en sortira et qui sait, peut-être que vous vous retrouverez.

S'il n'y arrive pas, vous n'y pouvez pas. Vous n'êtes pas responsable de ses choix.

Souvent, il faut lâcher l'affaire et laisser les choses se faire elle même. On ne peut se battre contre le vent.

---

**Cheyenne1664 - 13/06/2023 à 17h44**

Merci allegra pour ton message plein de sympathie.c est encore dur ce soir je lui ai dit il y a 2 jours que c était fini mais il rentre quand même tout les jours chez moi.

Nous n avons plus un mot .je n arrive plus à le regarder ni lui parler tellement je suis déçue épuisé.

Il passe au tribunal fin du mois pour conduite sous stupéfiant en revidive il risque 8mois de prison ,j en suis à me dire que ça lui ferait peut être du bien.

Je ne sais plus quoi faire plus quoi penser ....

---

**Cheyenne1664 - 13/06/2023 à 17h50**

C est encore plus dur pour moi ,car j ai eu enfin le courage de lui dire que c était terminé alors que je l aime infiniment .

Et que lui reste chez moi ,et que je vois sur son relevé téléphonique qu il envoiesans arret des messageset appel a ses dealer qui sont aussi des amis mais je doute que ca soit juste amical.

Aujourd'huiil avaitrendez-vous au caspa je ne saispas si il y est aller ,il doit se dire que comme d habitude je vais me calmer.

---

**Allegra - 15/06/2023 à 19h23**

Je suis désolée que tu vives ces moments. Hélas un toxicomane fait subir ses mauvais choix à son entourage. Je ne sais pas s'ils savent à quel point ils font souffrir autour d'eux. Étant sous l'emprise de substances hautement novices et divagantes, peut-être qu'ils sont loin et ne réalisent pas vraiment.

La prison c'est à double tranchant me semble-t-il:

- il y a ceux pour qui la case prison leur sauve la vie. Il réalise où la drogue les a amené et décident résolument d'arrêter tout ça

-il y a ceux pour qui cela ne changera rien ou pire aggravera la situation. On ne trouve pas des enfants de cœur parmi les populations carcérales mais précisément beaucoup de dealers et délinquants liés aux stupéfiants. Certains disent que la drogue arrive même à circuler en prison, donc...

En tout cas, la prison n'est pas un lieu de sevrage. Pour se soigner, il faut la volonté de la personne concernée, un accompagnement médical et psychologique, la démarche de couper avec ses anciennes fréquentations.

Est-ce que la prison sera bénéfique pour lui ? Nul ne peut le dire aujourd'hui. Mais à vous, cela vous accordera une forme de repos et être éloignée de lui vous donnera du recul sur la situation.

---

#### **Apagnanderti - 17/06/2023 à 22h46**

Bonjour,

Ça me paraît fou que personne n'ai parlé de ça avant, vous n'avez jamais consulté de psy ou autre ?

La raison pour laquelle il vous ment est très très simple. Vous le faisiez, et jamais il ne sera honnête avec un flic.

J'ai été plusieurs années accro à l'héroïne et ensuite sous methadone, aujourd'hui c'est fini, et j'ai également été le conjoint de personne dépendante et ça c'est bien passé et fini.

Quand je lis que vous regardez les kms de voiture et que vous lui fassiez faire des tests urinaires je suis choqué comme je l'ai rarement été, c'est tellement infantilisant. Je comprends que parfois la souffrance et les sentiments font faire des drôles de choses, mais ne cherchez plus, là est la raison pour laquelle il ne vous fait pas confiance.

Pourquoi cela vous fait aussi mal qu'il consomme, est-il méchant ? Dépressif ? Violent ? Si aucune de ces raisons et que cela va bien, c'est un grand garçon, il a le droit de consommer si il le veut, ce n'est pas à vous de choisir. Par contre si cela crée des problèmes, il n'y a que avec de l'entraide qu'il pourra évoluer. Mais JAMAIS il ne vous fera confiance en faisant ce que vous faites.

Si on m'avait fait ça à l'époque je pense même que j'aurais mis fin à la relation.

Donc laissez-le tranquille sur ça, soyez à l'écoute, là pour lui quand il demande de l'aide, mais ne le jugez pas, surtout pas là est votre erreur primordial. À ce moment là il vous fera confiance, à ce moment là, quand il sera en confiance de vous dire qu'il a craqué vous pourrez avancer, seulement là.

Par contre, il faut faire attention à ne pas tomber dans les extrêmes, si vous n'êtes pas un flic, vous n'êtes pas sa mère non plus. Votre vie vos choix, vous avez tout à fait le droit de définir ce qui vous dérange (pas de consommation devant vous ect.) Le vol d'argent est extrêmement grave, à vous de poser les limites très claires là dessus.

En gros, ayant passé par là, des deux côtés d'ailleurs, je n'ai qu'un conseil, ne soyez ni son flic, pour qu'il ait confiance en vous, pour qu'il vous parle de ses craquages et que vous puissiez avancer, c'est un grand garçon si il se drogue et que ça n'a pas de répercussion direct sur vous c'est son choix, mais ne soyez ni sa mère, votre vie vos règles, et si il ne les respecte pas, ne le pardonnez pas comme ça, les limites doivent être claires.

Croyez moi sur parole, une fois que vous réussirez ça, tout ira mieux.

Pour revenir rapidement à la méthadone, je pense qu'il est sous dosé, un bon dosage est sensé être efficace au moins 24 heures avec 0 symptôme de manque, et peu de craving. La dose se situe généralement entre 60 et 100. Si il prend moins c'est sûrement pour mieux sentir l'héroïne, la méthadone bloque l'effet de l'héroïne. Une fois que vous aurez repris le dialogue en confiance, ce que vous pourrez faire c'est l'aider à commencer à prendre le traitement efficacement.

La méthadone BIEN UTILISÉE+++++ change la vie, je me suis piqué assez d'années pour le comprendre.

Bon courage, je vous souhaite le meilleur des futurs possibles, c'est une très grande épreuve, mais si vous vous en sortez, votre couple sera je pense invincible à jamais.

---

#### **Cheyenne1664 - 19/06/2023 à 09h00**

Salut Apagnanderti .merci pour ta réponse nous sommes allés à plusieurs reprises voir le psychologue du csapa .

Pour les tests c'est lui qui m'avait demandé de lui en faire faire de temps en temps pour l'empêcher de consommer .moi je lui avais dit que je ne voulais pas faire le flic .

Il n'arrive pas à me dire quand il reconsume et me dit que c'est parce qu'il a honte de ne pas réussir à s'en sortir ça fait 4 ans qu'il est à 70 de metha en 2 prises .

Quand il consomme il ne change pas de comportement le problème est financier il nous met dans la merde et moi j'ai deux filles qui n'ont pas à subir ça.

Bref je lui ai dit que j'allais le laisser gérer son arrêt mais je ne suis vraiment pas sûr que psychologiquement je tiendrais le coup .

---

#### **Vaness90 - 19/06/2023 à 17h30**

Bonjour, personnellement mon conjoint prend de la coke cannabis meth,

Je l'ai fliquer pendant très longtemps mais malheureusement sa nous fait plus de mal qu'autre chose, je pense que parfois il faut savoir lâcher prise.

La personne toxicomane fait tout ce qu'elle fait pour sa drogue, la drogue est plus forte et il faut du temps beaucoup de temps, beaucoup de rechute. J'étais hyper stricte au début et je laissait rien passer et ça a seulement amené des mensonges encore et encore . Des conflits . C'est très difficile pour nous proche de bien faire on a pas envie de les laisser se détruire, mais on peut pas faire à leur place pour ma part j'ai essayé de prendre du recul si il veut prendre de la drogue il le fera encore plus si conflit il y a, je ne lui interdits rien je lui répète souvent que je suis là pour lui que chaque effort qu'il fait je suis fière de lui que si il va pas bien je suis là pour l'aider . Et que je crois en lui que les rechutes font partie du processus il ne faut pas baisser les bras. Et j'essaie de m'arrêter là. Je sais qu'il en prend encore mais il n'est plus défonce comme avant et je décide de lui donner du temps pour qu'il s'en sorte sa fait déjà 2 ans qu'il est dans ce processus

de guérison c est très long et très dure pour moi et pour lui.

Mais si le personne est accompagné par des professionnels et par des proches je pense que c est possible de s'en sortir.

---

#### **Titouane - 04/08/2023 à 04h35**

Bonjour,  
Je viens de lire l'intégralité du fil.  
J'ai appris que mon conjoint avait été polytoxicomane, et en particulier accro à l'héroïne. Nous sommes ensemble depuis 2 ans et demi et son comportement a changé progressivement. Je ne me reconnais plus. Il a admis avoir rechuté à cause du tramadol qu'il prenait pour des grosses douleurs. Il est sous subutex.  
Je l'ai surpris a plusieurs reprises " chasser le dragon" il me dit que c'est avec le subutex mais j'ai de gros doutes.  
Je viens vers vous car son changement de comportement s'accompagne d'énormement d'agressivité, de violence verbale et par 2 fois de violences physiques.  
Aucune de vous ne parle de cela dans le fil. J'aimerais savoir si c'est lié aux consommations ? Rencontrez vous cela ?  
C'est le plus gros problème dans notre couple et je suis à 2 doigts de la rupture...  
Je crois que je pourrais lâcher prise sur les mensonges et le reste, mais pas cette violence, cette méchanceté, cette agressivité...  
Merci pour vos retours.

---

#### **Allegra - 04/08/2023 à 14h09**

Coucou Titouane

Je t'ai répondu sur un autre fil et je t'écris de nouveau ici car je pense que tu as besoin d'être rassurée.  
J'ai été la compagne d'un ancien heroinomane puis polyconsommateur de drogue. L'agressivité est due à ses consommations, ce n'est ni à cause de toi, ni à cause de sa personnalité.  
Il y a des moments aussi de délires avec des propos incohérents, mégalomanes, des grimaces...etc.  
Cela altère le comportement et a des effets dévastateur sur le cerveau. C'est vrai qu'on ne parle pas assez de cela et de la position d'insécurité dans laquelle cela nous place. Tous les toxicomanes ne sont pas forcément violents physiquement.  
Pour ma part, je n'ai jamais été frappée mais dès colères inexplicables, des réactions impulsives et disproportionnée ainsi que les sauts d'humeur, je connais très bien.

Le tramadol crée de l'accoutumance et engendre parfois des consommations deviantes. Au maghreb par exemple, il y a une hausse de jeunes se droguant avec ce type de cachets car c'est moins cher que la cocaïne ou autres et ils y voient un refuge à leurs difficultés économiques et sociales.

Ce n'est pas tellement le sujet.  
Pour l'agressivité physique, tiens au courant des personnes de confiance et mets toi en sécurité.  
Parle à ton mari lorsqu'il n'est pas sous l'effet de la drogue.  
Cela ne doit plus se reproduire.

---

#### **Cheyenne1664 - 05/08/2023 à 06h46**

Bonjour titouane je ne saurais te répondre car mon homme est plutôt très calme ,il pique du nez ,s endort même à table il n à pas de comportement agressif quand il en prend.

---

#### **Cheyenne1664 - 08/12/2023 à 15h25**

Bonjour à tous ,je suis au bout du rouleau, je n en peux plus mais n arrive pas à prendre une décision.  
Au moi de juillet mon homme qui est sous traitement depuis presque 4 ans maintenant c est fait choper pour la 8 ème fois par les flics positif opiacé. S en suis d une perquisition à la maison, ils n ont rien trouvé.  
Juger en comparution immédiate le procureur réclame 20 mois de prison ferme avec mandat de dépôt ,encore heureux qu on avait un bon avocat il s en sort avec 20 mois de bracelet.,  
Il a eu très peur et depuis me disait que ça lui avait servi de leçon qu il ne toucherait plus à ça.....  
Et aujourd'hui je tombe sur une 20 ene de papier d alu usagé .la colère m a pris je lui demande des explications il ne sais que me dire que je ne peux pas comprendre. Je suis épuisée ,triste je me sent trahie .j ai pas envie de le quitter pour moi et mes filles qui l adore mais j en peux plus .  
Je me dit qu il ne s en sortira jamais.

---

#### **Pepite - 08/12/2023 à 16h51**

Bonjour Cheyenne,

J'imagine votre déception, votre colère, votre désespoir, votre découragement et toutes les confusions qui découlent de ce malheur qui retentit sur vous.

Il n'y a pas d'autres solutions qu'il se confronte à la réalité. Même celle que vous évitez par tous les moyens.

Ce que vous ressentez pour lui, les liens d'attachement que vous avez sont beaux.

Vos peurs sont légitimes et oui cela peut se renouveler toute sa vie.  
Personne ne détient une boule de cristal pour savoir ce qu'il va se passer.  
Sa prise de risque est réelle et constitue d'abord un danger pour lui avec des répercussions inévitables pour vous et les enfants.

Alors, que faire ?

Nourrir l'espoir de douceur, de moments agréables pour vous tout en étant réaliste. Cela passera peut-être par des crises. Mais il n'y a pas de progrès sans crise.

Je vous invite à prendre soin de vous, c'est le plus important.  
Prenez du recul, parlez en mais ne restez pas seule avec ces récits.  
Faites vous aider.

Encore une fois, en vous connectant à ce qui compte pour vous, en montrant que vous, vous avancez dans la joie en vous ancrant à vos valeurs, un changement peut s'opérer de son côté.

Ouvrez un espace de dialogue bienveillant. Pas de jugement avec des JE.

Avec tout mon soutien.

Pépité

---

**Cheyenne1664 - 08/12/2023 à 18h06**

Merci pour ta réponse bienveillante, il est vrai que c'est vraiment difficile de faire un choix car je vois que de son côté il fait des efforts il suis bien ses rendez-vous cspa et psychologue. Mais je ne comprends pas ce qui le fait replonger à chaque fois alors que dans notre couple tout va très bien on s'entend à merveille, il aime son boulot .  
Mais lui n'arrive pas à m'avouer quand il replonge et moi j'en ai marre de ses mensonges .

---

**Canbeheroe - 11/12/2023 à 09h43**

Bonjour à tous 😊

Je viens de lire l'intégralité de vos discussions et vos messages m'ont beaucoup touchée... je trouve vraiment chouette tout le soutien que vous essayez d'apporter chacune à votre partenaire malgré les nombreuses rechutes...

Pour être honnête, une addiction c'est à vie. C'est à dire que même si ça fait 10 ans que vous avez arrêté et que vous avez même réussi à arrêter la méthadone, y aura toujours un petit démon au fond de vous qui reviendra de temps en temps vous hanté... comme un vieil ami qui refais toujours surface dans les moments les plus difficiles. Et je tire mon chapeau bas à tous ceux qui arrivent à l'envoyer chier jusqu'à la fin de leur vie !

Pour ma part je suis une jeune femme de bientôt 30 ans. Je suis consommatrice quotidienne depuis plus de 3 ans et ça fait 1 an que mon amoureux m'a enmenner dans un csapa.

J'ai fais 2 sevrages en hôpital mais j'ai pas réussi à tenir... j'ai consommé en cachette de mon chéri et j'en suis pas fière du tout...

évidemment il s'en rendait compte au bout d'un moment et grosse prise de tête...

Il est décédé fin septembre d'un arrêt cardiaque..

Aujourd'hui je consomme encore malgré un suivi chez un addictologue et la je vais reprendre des rdv psychologique également car je pense que ça peut m'aider aussi à faire mon deuil. J'ai des prescription de metha mais que plutôt je coffre actuellement vu mes conso. Je serai ravi de répondre à vos questions si j'ai les réponses bien sûre ^^

Je consomme 5g par jours et je suis monter à 140mg de metha par jours mais rien n'y a fais. A ce dosage la, je passer mon temps à dormir ce qui ne m'a évidemment pas convaincu.

Je suis allé jusqu'à me prostituer pour me payer mes conso à un moment ou mon chéri avait décider de faire une pause car c'était trop dure à vivre pour lui... ce que je comprends... mais il était toujours là pour me soutenir malgré tout, et même de loin dans ce moment là. Il ne me jugeait pas mais c'était moi qui avait tellement honte de craquer que je lui cachait. Je préférerais repousser le moment où il le saurait et que je verrai la déception dans son regard je crois...

J'espère que vous réussirez votre combat et j'espère encore au fond de moi réussir le miens, même si certains jours je me dit que ça finira par m'emporter.

Prenez soin de vous et de vos proche

---

**Pepite - 11/12/2023 à 10h48**

Bonjour,

Je pars du principe que le savoir me permet de répondre à l'horreur du monde.

Alors je lis, je me documente, je cherche à comprendre, j'essaie de m'actualiser, je rencontre des personnes...

Je viens de commander le dernier carnets de sciences (CNRS) : ADDICTION, le désordre du siècle. J'ai hâte de le découvrir.

Hier sur Radio France, j'écoutais le podcast "l'inconscient" sur la honte.

La honte est un sentiment complexe et multiple.

J'ai également adoré celui sur l'empathie.

La raison m'apaise, c'est ma consolation face aux obstacles, aux difficultés de l'existence. Mais elle ne peut pas tout.

Même si la science "répare", j'accepte que tout ne dépend de moi, que quelque chose m'échappe. Je m'en remets parfois au cosmos, aux étoiles.

Quoiqu'il en soit, nous sommes nos propres barrières mentales.

Bien à vous.

---

**Allegra - 11/12/2023 à 12h06**

Bonjour à vous toutes,

@ pepite,

Se documenter et s'informer est toujours une bonne chose. C'est important de comprendre ce qui se passe, car effectivement pour une personne qui ne consomme pas de drogue, on n'arrive pas à du tout à imaginer ce l'autre ressent et subit. C'est une maladie à part entière et particulière aussi.

@ canbeheroe

Tu as très bien choisi ton pseudo car oui tu peux être un héros et t'en sortir. Le chemin est long et difficile mais tu peux y arriver. Les rechutes font partie du processus de guérison et il ne faut pas ressentir de honte ou désespérer à cause de ça. Beaucoup y sont arriver. Tu peux le faire. Chaque jour sans est une victoire et tu es plus forte que cet ennemi qui vient te hanter. Il faut continuer l'accompagnement et le traitement de substitution. Certaines personnes le prennent même pendant très très très longtemps. Il n'y a pas de problème. A voir si le subutex te conviendrait mieux par rapport à la question du sommeil. En tout cas, quoiqu'il arrive ne jamais couper avec les professionnels de santé !

Merci de te livrer à nous. Ça permet de comprendre beaucoup de choses. Le sentiment de "honte" est naturel mais pour un conjoint qui aime profondément, y a rien de pire que le mensonge qui est vécu comme :

- un manque de confiance
- donc un amour moins profond
- le sentiment d'être constamment dupé
- l'impossibilité d'avancer car le schéma se répète.

Y a pas de honte à avoir face à quelqu'un qui vous aime, qui ne vous juge pas, qui souhaite que votre bien. Pourquoi mentir ? C'est ça au fond qui fait le plus mal. Et on remet tout en question car on se dit "quand on aime, on ment pas". Tout sauf ça ! Juste la vérité, ouvrir son cœur et une confiance mutuelle.

Moi j'ai toujours pensé ainsi : S'il m'aime vraiment, il me fera confiance et me dira la vérité.

Enfin, c'est vraiment intéressant de faire entendre les 2 voix.

Que ton compagnon repose en paix. On peut partir à tout moment. La vie ne tient qu'à un fil.

Ne sombre pas.

S'il y a bien une chose qui l'aurait réjoui c'est de te savoir bien et guérie.

Partir et quitter ne veut pas dire ne plus aimer.

---

**Lilya66 - 18/12/2023 à 07h56**

Bonjour à tous , quelle témoignage et courage pour ma part je suis avec mon compagnon depuis 3 ans quand je l'ai connu il était à 40mg de metha , il ya 1 ans edemi ont c'est fâcher avec sa fille et nous avons couper les ponts quelques mois et depuis je pense qu'il reprend de l'heroine sachant qu'il a baisser sa dose de 1mg en 1 ans max même pas sans symptômes, depuis il a bien repris évidemment contact avec sa fille. De base nous sommes un couple qui prenons en week-end lors de nos apéritif de la cocaïne pendant la soirée tout va bien même si il va très souvent WC...et il arrive à un moment où il vrille tout seul dans sa tête sans raison il commence à s'énerve son visage et c'est yeux change..il part dans des sujet négatifs, je lui est dit que je le soupçonne et que je ne voulais pas qu'il me mente car même si je suis contre en aucun cas je lui est dit d'arrêter pour le moment que je serrait la pour l'aider il me di qu'il a repris que quelques fois mais que la c'est fini que sa la dégoûter...moue sauf que j'ai une vidéo de lui au toilettes ont ne voit pas sa tête mais ont entend clairement qu'il snif un truc puis jette quelques chose dans le WC suite à sa je lui montre et là il me dit c'est vrai que ta vidéo tout le monde dirait coupable mais non je n'ai rien pris même moi je comprends pas etcccc. Son comportement change de plus en plus et moi sa me rend complètement folle et parano ( jusqu'à mettre une caméra au wc quand même) je suis très ouverte mais je ne supporte pas le mensonge c'est plus fort que moi

---

**Canbeheroe - 14/02/2024 à 13h40**

Salut à tous.

Merci beaucoup @allegra pour ces mots qui font toujours du bien à lire quand sa va pas trop...

Je sais que mentir dans son couple ai très douloureux pour la personne qui se sent dupé.

J'en discuter encore hier avec un copain, qui me disait ne pas se reconnaître quand il ment à sa copine. Alors que pourtant, elle ne lui interdit pas de consommer ! Mais de voire la déception dans son regard car il craque est très dure à vivre pour lui, en plus de son propre jugement personnel.

Il me disait aussi que le dire, lui assurer une "soirée prise de tête et discussion autour de ça " , et que des fois, par fatigue et pour passer une bonne soirée disont, il ne le disait pas...

Je me souviens aussi avoir caché des fois des prises alors que je ne jure que par la discussion et la confiance dans mon couple également.

Alors voilà, je m'excuse pour tout les droguer qui parfois ne le disent pas...

Mais surtout l'entourage, ne les lâcher pas pour ça !

Vivre avec quelqu'un qui essaye de se sortir de l'héroïne est vraiment pas de tout repos. Et croyez moi bien que derrière chaque petit mensonge dit, la personne s'en veut à mort quand même. C'est un combat intérieur permanent contre soi-même... Un combat d'une vie entière...

Je vous souhaite à toutes beaucoup de courage et de patience.

Je vous souhaite aussi la santé car c'est dans les moments d'arrêt et de reprise qu'il arrive le plus souvent des accidents, sans parler du corps qui se fatigue aussi à chaque fois.

Alors plein de bienveillance à tous

Love, power & courage

---