© Drogues Info Service - 3 juillet 2025

Forums pour l'entourage

Amie alcoolique : que faire ?

Par Profil supprimé Posté le 19/10/2020 à 18h22

Bonsoir à toutes et à tous,
J'ai une meilleure amie depuis maintenant 7 ans qui était déjà alcoolique avant que je la connaisse (depuis environ 12 ans selon elle, elle est âgée de 35 ans). J'ai toujours essayé de l'aider du mieux que je peux, en étant présente, aussi bien physiquement qu'au téléphone, en lui parlant, en aidant à diminuer ses doses, ce qu'elle a déjà réussi à faire quelques fois, mais retombe chaque fois dans une plus grosse consommation (environ 1 à 2 bouteilles de whisky par jour quand elle se sent vraiment mal). Elle me dit qu'elle se sent prête à être aidée, comme elle me l'a déjà dit plusieurs fois au cours des années, je me demandais si quelqu'un ici aurait des conseils pour l'aider à aller jusqu'au bout cette fois ? J'ai entendu parler des CSAPA, qu'en pensez-vous ? Je suis vraiment prête à tout pour l'aider.

Merci à vous

1 réponse

Moderateur - 20/10/2020 à 08h08

Bonjour Elpis,

Les CSAPA (Centres de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie) sont effectivement des centres où votre amie pourrait être aidée. Ils sont composés d'équipes pluridisciplinaires (médecins, psychologues, infirmiers, travailleurs sociaux) spécialisées dans les problèmes d'addiction. Votre amie pourra donc y bénéficier d'une aide à multiple facettes pour arrêter l'alcool si c'est son souhait. Ces centres fonctionnent sur rendez-vous (c'est un suivi dit "en ambulatoire") et proposent un accompagnement des personnes allant du bilan pré-sevrage à la prévention de la rechute après le sevrage. Pour le sevrage proprement dit, selon les cas, le CSAPA pourra faire le relais vers une unité d'hospitalisation. Dans tous les cas un suivi médical sera proposé car arrêter l'alcool peut être dangereux pour la santé.

Sachez également que vous pouvez vous-même contacter et prendre rendez-vous avec un CSAPA, en tant qu'amie, pour recevoir des conseils sur ce que vous pouvez faire pour elle. Vous pouvez également, si cela la rassure, l'accompagner pour ses premières consultations.

En parallèle des CSAPA, rejoindre un groupe de parole de personnes alcooliques peut être une aide précieuse. Parfois ces groupes de parole sont proposés par les CSAPA eux-mêmes. Cependant il existe aussi des associations "d'anciens buveurs" qui proposent ces réunions : Alcooliques Anonymes, Vie Libre, Alcool Assistance, La Croix Bleue, etc. Chacune a son approche et la plupart offrent de nombreuses réunions en France, y compris par visioconférence. Votre amie peut se renseigner à ce sujet sur les sites Internet de ces

associations.

Je vous signale enfin l'existence de notre site alcool-info-service.fr où vous trouverez un forum pour l'entourage des personnes alcooliques. C'est intéressant à lire et peut-être souhaiterez-vous y participer.

Pour obtenir les adresses de CSAPA proches de chez votre amie et aussi pour en parler, vous pouvez appeler indifféremment nos lignes Drogues info service ou Alcool info service. Ce sont les mêmes personnes qui répondent.

Cordialement,

le modérateur.