© Drogues Info Service - 5 décembre 2025


Forums pour l'entourage

# aider mon conjoint (coke, héro)

Par Profil supprimé Posté le 05/04/2021 à 11h41

Bonjour,
Je viens vers vous car je me sens démunie face à la consommation de mon compagnon. Quand on s'est connus il y a bientôt 4 ans, il fumait. Pas de souci pour moi, j'ai fumé pas mal dans ma jeunesse, ça m'était égal. Quelque temps plus tard, une fois notre relation solidifiée, il m'a avoué que les cachets qu'il prenait (en trace) étaient de la buprénorphine. Il m'a dit être tombé dans l'héro dans sa jeunesse mais qu'il ne prenait plus que ça maintenant. Depuis qu'on s'est rencontrés il a même réussi à baisser le dosage. Jusque là tout va bien. Mais en 2018 on a évoqué un projet bébé. J'ai arrêté la pillule en septembre. En octobre il s'est pris une suspension de permis à cause du cannabis. En novembre j'apprends par hasard qu'il consomme et achète de la cocaïne ! On s'explique, il me dit qu'il ne voulait pas m'inquiéter mais que c'est occasionnel. J'ai du mal à digérer l'info, je m'inquiète pour sa santé, d'un risque éventuel d'overdose, etc (je suis une personne très anxieuse et vite stressée)
En janvier 2020 naît notre petite fille. Les 4 semaines suivantes monsieur a retiré 1700 euros ! Alors ok y'a l'essence et les clopes mais surtout énormément de coke.
Durant l'été 2020 il m'apprend qu'il reprend un peu d'héro. Bin oui il a un pote qui en prend mais comme c'est mon homme qui lui trouve bin le pote il paye sa trace.
En octobre je pars 4 jours avec ma fille dans ma famille. Mon homme ne peut pas venir parce qu'il travaille. A mon retour je découvre que l'endroit où je stocke un peu de liquide est vide ! Monsieur a cramé 250 balles en 4 jours, et à mes frais je vous prie ! Il finit par me les rendre devant mon insistance. Quand il doit 50 balles à son fournisseur il le fait très rapidement, mais moi il considère qu'il a le temps vu qu'on vit ensemble.
En décembre lors d'un simple contrôle d'attestation, les flics voyant ses antécédents, décident de lui faire un test salivaire. Positif au THC (et opiacés mais c'est la bupré). Étant en récidive c'est une annulation de permis qui lui pend au nez. Monsieur est dévasté... Il arrête la weed direct mais du coup il compense avec le reste.
Mars 2021 : un collègue l'a balancé parce qu'il va quand même bosser en voiture. Les flics le suivent et finissent par lui demander de se garer. Là c'est sûr qu'il va prendre une annulation ! En plus de ça des soucis de famille qui lui tombent sur la gueule, et une mauvaise ambiance au boulot...

Je sais pas quoi faire ! Il me parle à moitié de ses problèmes, il va voir ses "potes" plusieurs fois par semaine, il s'endort dans le canapé, je gère ma fille presque seule. Dès que ses potes ont besoin d'aide il y va dans la minute, même sans permis, en me disant qu'il fait attention à pas croiser les flics. Ca ne l'empêche pas de sortir pendant le couvre-feu ou en plein confinement.
Les seules solutions que j'ai trouvées pour le moment c'est
- de lui restreindre son "argent de poche" à 250 euros par semaine (avec son accord bien entendu) histoire qu'il crame pas sa paye en coke et en héro, qu'il contribue aux dépenses de la famille, et qu'il ait des sous de côté.
-A côté de ça j'ai arrêté de lui prendre la tête depuis plusieurs mois par rapport à la drogue et je prends sur moi quand je vais pas bien pour pas qu'il consomme encore plus.
- Il a un rdv avec le Csapa en mai suite à son jugement, j'espère juste qu'il leur dira la vérité et pas "sa" vérité comme quand il m'assure qu'il est pas tombé dans la coke.
- je lui ai interdit de prendre ma voiture depuis qu'il s'est fait contrôler en mars, pour éviter d'avoir des

emmerdes à mon tour, et parce que c'est la seule à avoir un siège auto et des papiers en règle

J'aimerais pouvoir faire plus, comprendre la source profonde de son mal-être, parce que décompresser je comprends mais quand c'est tous les jours moi j'appelle ça fuir la vie. Et pourtant il me dit qu'il est heureux avec moi et avec sa fille. On a même acheté une maison, ce qui lui permet de se vider la tête en faisant des travaux dedans.

Désolée pour le pavé. Je n'ai personne à qui parler de tout ça, et j'aimerais avoir vos retours. J'ai vraiment envie de sortir mon homme de tout ça (syndrome de l'infirmière) mais face à la drogue j'ai l'impression de ne pas faire le poids.

# 4 réponses

---

Profil supprimé - 06/04/2021 à 11h30

bonjour à toi,
Je vis actuellement des choses un peu similaire avec mon conjoint qui passe la paie dans la c et la fume. Au départ comme toi j’étais au courant que de la fume...il ne bosse plus depuis novembre et comme il n’est pas dans sa région pour habiter avec moi il ne connaît personne et ne sort pas donc il se drogue seul... et n’a pas d’autre centre d’intérêt... il n’a jamais envie de faire quoique ce soit mais comme toi je ne m’empêche pas de vivre quand il y a des sorties ou actives intéressantes j’y vais sans lui... dommage... récemment je lui ai montré des photos de nez cocainomane et lui ai dit que son nez était en train de devenir pareil/.. comme il mouche des croutes sanguinolentes il a pris peur et n’a rien taper depuis qq jour...avant cela il me demandait de cacher le pochon et de lui laisser de quoi faire 2 petites traces car sinon il tape tape jusqu’à bader sévèrement ! Il ne sait pas consommer et est dans l’excès... quand ils sont accros s’est pas facile au quotidien et comme toi syndrome de l’infirmière déjà soignante par mon métier je continue à la maison car ne sais pas faire autrement et que j’ai bcp de sentiments et d’amour pour lui...
Nous avons posé les choses à plat de ce qu’il consommait... j’ai sa cb avec. Moi et je gère ses comptes et ses conso si je puis dire la boue avons bcp communiquer et il a demandé mon aide... j’espère que mon témoignage t’aura réconforté dans l’idée que tu n’es pas seule... j’espère aussi que mon expérience pourra t’être bénéfique en attendant je te souhaite plein de courage !

Profil supprimé - 06/04/2021 à 13h07

Bonjour,

je suis dans la même situation avec mon ami. Au début je n'en savais rien, puis un jour... la découverte. Je sais qu'il veut arrêter et je l'encourage dans cette démarche mais il n'y arrive pas. Il avait pris contact avec un spécialiste et a réussi à ne rien prendre pendant une semaine, puis il a recommencé, et c'est tous les 2 jours maintenant. J'ai envie de l'aider, mais je ne peux pas arrêter à sa place et je ne sais pas quoi faire. Evidemment, le confinement et le couvre-feu n'aident en rien et c'est encore plus difficile de lui changer les idées et de faire en sorte qu'il pense à autre chose en ce moment, et le seul divertissement qu'il a, c'est la C. Il n'a pas le goût de sortir, de voir du monde, de se promener, de faire des activités... Ça ne vide pas son compte en banque parce qu'il n'en prend pas toute la journée, mais c'est un sérieux problème.

Profil supprimé - 06/04/2021 à 18h04

Merci pour vos témoignages, je me retrouve beaucoup dans ce que vous dites.
Mon homme aussi n'arrive pas à gérer sa conso donc il prend en petites quantités. Je lui ai déjà caché (à sa demande) des boîtes de Bupré et des packs de bière (c'est moi qui fait les courses et je profite des promos pour acheter 6 à 8 packs d'un coup). Quand il fumait il lui arrivait de cacher lui-même des boulettes de shit.
Par contre il a des centres d'intérêt (bricolage, mécanique, etc) qui lui permettent de lui vider la tête quand il en ressent le besoin mais quand il est au plus mal il a tendance à s'endormir dans le canapé toute la soirée (de base il s'endort très facilement) ce qui coupe court à tout échange et selon mon humeur peut aussi m'énerver parce que moi aussi j'ai des coups de barre, moi aussi j'aimerais me reposer parfois, mais il faut bien que quelqu'un s'occupe de notre bout de chou.
Là c'est la déprime totale depuis quelques jours et je n'arrive pas à trouver les mots pour l'aider. Je reste disponible et de la meilleure humeur possible pour l'aider à affronter ce qu'il vit. Sa conso semble stable ce qui est déjà un bon point.
J'espère beaucoup de ses rdv avec le Csapa, et que le tourbillon de merde qui lui tombe dessus trouve une nouvelle victime, mais je sais que la route va être longue avant de trouver une solution durable et efficace même en cas de coup dur.
Merci encore pour vos témoignages qui m'aident à exprimer mes angoisses et ne me font pas culpabiliser.

Profil supprimé - 06/04/2021 à 23h52

Bonsoir,
Je suis dans la même situation que vous. On a des enfants et sa consommation de plus en plus régulière que j’ai découvert il y’a plus de 2 ans après 17 ans de vie commune. Il m’empêche de dormir la nuit. Je pense que j’ai besoin d’aide de personnes dans la même situation pour me comprendre.
Bonne soirée