

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

AIDER UN PROCHE

Par **Yenahe** Posté le 20/02/2022 à 18h29

Bonsoir,

Mon frère est dépendant à l'alcool, il a des signes physiques qui sont alarmants "yeux jaunes et tremblements quand il ne boit pas". Il ne se confie pas et me dit que ça va mais je lui ai dit qu'il avait besoin d'aide et que nous sommes avec mes frères et ma soeur là pour lui.

J'ai besoin qu'on me donne des conseils pour pouvoir l'aider et surtout de ne pas faire d'erreur qui pourrait le blesser ou le braquer. Je vous remercie tous et toutes

4 RÉPONSES

Pepite - 24/02/2022 à 09h24

Bonjour Yenahe,

Bienvenue sur ce forum.

Vous êtes inquiète pour la santé de votre frère et c'est normal.

Je ne sais pas si vous avez un moment favorable pour lui en parler mais profitez d'être à plusieurs (frères et soeurs) pour lui témoigner vos peurs et votre amour pour lui.

Quelles que soient ses réponses (je bois moins que vous, je bois peu, tout va bien...) et ses éventuelles attaques, restez sur une position bienveillante en ne rentrant pas dans le conflit. Mettez des silences dans vos échanges.

Exprimez vous avec "JE" et non tu. Ramenez dans votre conversation des souvenirs heureux et mettez en avant ses petites victoires (sport, travail, amitié, loisir...)

Dites lui que vous le soutiendrez dans les soins via un CSAPA ou un addictologue de proximité. Le médecin traitant étant le 1er interlocuteur.

Un groupe de paroles AA est un atout considérable.

Cela veut dire aussi 0 alcool pendant les éventuels repas familiaux, ce qui profitera à tout le monde...

En espérant vous avoir donné quelques pistes,

Pépité

Moderateur - 04/03/2022 à 18h15

Bonjour Yenahe,

La situation a-t-elle évolué depuis votre message ?

Vous êtes dans une situation difficile. Votre frère semble développer des symptômes reflétant un état de santé préoccupant (yeux jaunes) et de sa dépendance (mains qui tremblent). Cependant s'il est dépendant comme il semble l'être, lui parler de son état de santé c'est le ramener à sa consommation d'alcool. Cela provoque peut-être une panique chez lui car il n'est probablement pas prêt à affronter sa maladie alcoolique. Il préférera boire et dire malgré les évidences que "ça va" plutôt que de prendre le risque de se rendre chez un médecin et de se faire entendre dire qu'il a un problème et qu'il faut qu'il arrête de boire.

Il n'y a pas de solution évidente mais peut-être faut-il vous conseiller de lui conseiller de faire une consultation médicale pour sa santé dans un CSAPA (Centres de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie). S'il acceptait accompagnez-le s'il veut bien. Dans ces CSAPA il y a des médecins spécialisés dans les addictions. S'il y a un endroit - avec les services hospitaliers spécialisés - où des soins médicaux peuvent lui être prodigués tout en comprenant bien que renoncer à l'alcool c'est trop compliqué pour lui c'est bien dans ce genre de centre. Les professionnels de ces structures n'exigeront rien de lui car c'est son consentement qui est le plus important. Mais ils pourront au moins regarder ce qu'il y a et ce qu'il est possible de faire pour le soigner dans ces circonstances.

Et si l'arrêt de sa consommation d'alcool se révélait indispensable pour le soigner, il n'y serait pas obligé mais il serait conseillé et accompagné pour que cela ne soit pas une décision insurmontable pour lui. Ses décisions seraient acceptées avec bienveillance.

Les consultations en CSAPA sont gratuites. Elles peuvent aussi s'adresser à vous en tant que proche. Vous pouvez y être conseillée sur les attitudes que vous pouvez avoir avec lui. Vous y recevrez des explications sur la dépendance à l'alcool et ce qu'elle peut impliquer

pour les personnes concernées (déli, effets sur la santé, réduction des risques, etc.). Le fait de pouvoir être entendue et conseillée sera une aide pour vous.

Cordialement,

le modérateur.

Yenahe - 11/03/2022 à 14h38

Bonjour Pépité et le modérateur,

J'aimerais vous exprimer ma gratitude pour vos réponses et votre bienveillance.

Il y a eu des changements depuis mon message, mon frère a eu un déclic et il a entamé un processus de sevrage et soins.

Il y a deux semaine, son fils a pris des photos sur sa consommation d'alcool et il s'est rendu compte que son père était à une bouteille de whisky par jours.

Il a parlé longuement avec lui et ça a fait un électrochoc à mon frère.

le lendemain, sa compagne a dû appeler sos médecin car il était très mal et il lui a prescrit un premier traitement et un arrêt, tout en lui disant qu'il devait faire des analyses et voir son médecin traitant.

Suite à ces analyses, le laboratoire lui a dit que s'était alarmant et il a eu très peur.

Son médecin lui a dit que se n'était pas une hépatite mais que ses Bêta étaient très élevés à cause de sa consommation d'alcool.

Elle lui a donné un autre traitement pour le sevrage, et d'autres analyses à faire dans 15 jours.

Si ses analyses sont toujours mauvaises , il sera hospitalisé mais elle est rassurante .

Elle lui a dit qu'il avait pris la plus grande décision de sa vie et que le chemin sera long et difficile , qu' il serait accompagné et aidé.

Il préfère avoir des contacts qu'avec ma soeur et je ne lui en veut pas; Ma soeur me tient au courant .

Pour moi, le principal est qu'il se soigne et puisse vivre sa vie sans alcool.

Je me rends compte que se sera difficile pour lui et j'espère qu'il s'en sortira.

Merci infiniment d'avoir était présent, de m'avoir donné de précieux conseils et je reviendrai vers vous pour vous donner des nouvelles de mon frère.

Merci encore Pépité et le modérateur (désolée je n'ai pas votre prénom)

Je vous souhaite un excellent week-end.

Pepite - 11/03/2022 à 17h23

Bonjour Yenahe,

Je vous remercie pour ces nouvelles. Cela fait toujours plaisir d'avoir un suivi.

Votre frère a honte.

Dépassez ce sentiment de fermeture et d'isolement.

Un mot, un message, de temps en temps sont puissants.

"Je t'aime"

"Je pense à toi"

"Je te fais un calin"

"Je t'embrasse"

Et puis peut-être plus tard, des souvenirs d'enfance ou plus récents.

En tout cas, pour le soutenir, 0 alcool pendant les repas.

On peut aussi partager d'agréables moments autrement.

Bien à vous,

Pépité
