© Drogues Info Service - 31 mai 2025

Vos questions / nos réponses

Mari qui prend de la cocaine, besoin de soutien

Par Clarinet7 Postée le 05/03/2022 10:20

> Bonjour Je suis à bout, a bout, a bout. Je n ai personne a qui parler. Je suis mariée à un homme super génial mais qui, suite à une enfance pas très jolie, a tout d abord été alcoolique (il est sombre depuis près de 20 ans) mais qui, prend de la cocaine depuis...je ne sais pas quand. En fait il me l a avoué il y a quelques mois. Depuis c est l enfer pour moi. Il en prend environ 1x par semaine je crois, 1g....je ne sais même pas a quoi ça correspond.. Et chaque descente c est l horreur, il s accroche a moi, me dit de le laisser sombrer et en même temps se blottit dans mes bras. Nous avons 2 filles , qui adorent leur papa, il est super génial avec elles....mais je n arrive plus a pallier...je suis fatiguée.

Mise en ligne le 07/03/2022

Bonjour,

Nous sommes sensible à la détresse et l'impuissance que vous ressentez. Nous tenons à saluer votre démarche de solliciter notre service dans cette période éprouvante.

Comme vous l'avez bien perçu, votre mari semble recourir à l'usage de substance pour tenter d'apaiser son mal-être. Malheureusement, avec la descente de cocaïne, il est encore plus en souffrance. Il est tout à fait normal d'être affectée par ces moments douloureux et répétés. Votre mari vous identifie comme une personne de confiance et un vrai soutien, ce qui est positif. Vous avez conscience que votre mari ne se réduit pas à ses consommations de cocaïne et d'alcool, puisque vous reconnaissez et appréciez son rôle de papa.

Cependant, vous êtes vous-même une personne humaine avec des émotions et ses propres limites. Il est tout à fait légitime de vous sentir démunie et de plus en plus éprouvée. Il est très difficile de non seulement faire face à la souffrance d'un être cher, mais encore de le soutenir, seule. C'est comme si vous deviez prendre soin de vous, de vos deux enfants, et de votre mari. Porter sur ses épaules le bien-être de 4 personnes, avec la charge mentale et émotionnelle que cela implique,est extrêmement difficile et a ses limites. Ce que vous ressentez est donc normal, légitime, et cela ne remet pas en question les sentiments que vous avez pour votre mari. Vous semblez être la béquille de tout le monde, sans avoir vous-même de soutien, alors que vous en cruellement avez besoin.

Il existe des espaces spécialement destinés aux proches de personnes en difficulté avec des substances. Tout d'abord, il existe notamment des Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA), qui accompagnent non seulement les personnes consommatrices, mais également leurs proches. Nous vous proposons en fin de réponse les adresses d'un CSAPA et de ses antennes près de chez vous. N'hésitez pas à vous rapprocher de ce centre, pour avoir un suivi psychologique. C'est gratuit et confidentiel, et vous pouvez solliciter leur soutien même si votre mari n'est pas lui-même suivi par le centre.

Ensuite, il existe une association par et pour l'entourage des personnes consommatrices de substances: Nar-Anon. Sur le modèle des Narcotiques Anonymes (association d'entraide pour les personnes consommatrices de drogues), Nar Anon est un outil de soutien et d'aide uniquement à destination des proches. Vous pourrez retrouver la personne référente de votre région et les modalités de soutien (entretiens téléphoniques, groupes de parole en visio ou en présentiel...) sur leur site internet, que nous vous glissons en fin de réponse.

Il vous est également possible de recontacter notre service, même si vous contactez le CSAPA ou Nar-Anon. Puisque notre service est anonyme, nous ne pouvons pas faire de suivi, mais n'hésitez surtout pas à vous rapprocher de notre équipe en cas de besoin (par les Questions/réponses, par tchat entre 8h et minuit, ou par téléphone entre 8h et 2h, au 0 800 23 13 13). Nous prendrons le temps d'échanger autour de ce que vous ressentez.

Nous vous envoyons tous nos encouragements.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes

---

Association Addictions France 95- Csapa d'Argenteuil

12, boulevard Maurice Berteaux
95100 ARGENTEUIL

Tél : 01 30 76 30 13
Site web : www.addictions-france.org
Accueil du public : Lundi-mercredi et vendredi de 9h13h et de 14h à 17h - Mardi de 9h à 13h et de 14h à 19h - Jeudi fermé le matin (répondeur téléphonique) ouvert de 14h à 19h, sur rendez-vous.
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous des jeunes de moins de 25 ans avec/sans entourage : tous les Mardis après-midi de 14h-17h.

Voir la fiche détaillée

Association Addictions France 95- Csapa de Cergy

18 bd de la Paix
95800 CERGY

Tél : 01 30 30 50 96
Site web : www.addictions-france.org
Accueil du public : Lundi-Mercredi et Vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h - Jeudi de 9h à 13h et de 16h à 17h (répondeur téléphonique en dehors de ces horaires)

Voir la fiche détaillée

Association Addictions France 95- Csapa Villiers le bel

93 avenue Pierre Semard
95400 VILLIERS LE BEL

Tél : 01 39 87 06 57
Site web : www.addictions-france.org
Accueil du public : Lundi de 14h à 17h - Mardi-mercredi-Jeudi et Vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- En tant que proche, comment me faire aider ?

Autres liens :

- Nar-anon