© Drogues Info Service - 10 juin 2025

Forums pour l'entourage

Besoin d’aide et plus…

Par Manon2015 Posté le 30/08/2022 à 11h51

Bonjour à tous
Je ne sais pas exactement par où commencer j’ai surtout besoin de conseils et de mettre en lumière certaine de mes interrogations
Je me suis déjà un peu renseigner sur internet mais ça a mis encore plus le trouble dans mon esprit…
Ça fait maintenant presque 4mois que je partage ma vie avec cet homme que je trouve d’ailleurs exceptionnel, au début de notre relation certaines personnes sont venu me raconter qu’il était consommateur d’héroïne je lui en ai parler directement et il m’a affirmé que c’était juste des menteurs. Beaucoup de personnes veulent nous séparer car nous avons une grande différence d’âge.
Suite à ça jai complètement oublié tout ça… Mais ce week-end je tombe sur des sms qu’il échange qui me met la puce à l’oreille…
j’attend qu’il aille travailler pour fouiller l’appartement… Et là le choc je tombe sur des ordonnances par dizaine de méthadone, le dosage et de 10mg je ne sais pas si ça a une réellement importance???
Sans vous mentir j’ai pas eu la meilleure réaction je l’ai traité de menteur vue que par le passé il m’avait déjà beaucoup mentis je me suis senti piégée…
Aujourd’hui il me dit qu’il est clean mais je sais que c’est une addiction dure et qu’en quelques mois je ne pense pas que l’on peut être totalement clean
J’aimerai avoir vos avis de comment je devrai réagir et comment aborder les choses avec lui pour le mettre en confiance.
Il faut savoir que l’on est ensemble depuis peu de temp mais nous avons normalement aucuns tabous et aucunes gènes à parler il connaît tout de moi et je pense que moi aussi…
Je vous remercie si vous avez pris le temp de me lire.

3 réponses

Moderateur - 30/08/2022 à 13h33

Bonjour Manon2015,

Soyez la bienvenue dans ce forum et merci de partager votre interrogation avec nous.

La méthadone est un traitement de substitution à l'héroïne. "Substitution" : qui prend la place de. C'est un traitement légal et qui montre que votre compagnon a essayé de trouver une solution à son usage d'héroïne. La méthadone lui permet de ne pas être en manque, de se stabiliser et d'avoir l'esprit libre pour s'occuper de sa vie et donc de vous aussi.

Il est certes toujours dépendant aux opioïdes. S'il arrêtait la méthadone du jour au lendemain il se retrouverait

dans un manque terrible et insupportable. Il a donc BESOIN de se traitement pour aller bien.

Ce n'est pas vraiment un problème qu'il soit dépendant tant qu'il peut avoir la méthadone. Si elle lui est prescrite régulièrement et qu'il respecte sa prescription il n'y a normalement pas de souci à se faire.

Il est difficile de prendre de l'héroïne lorsqu'on est sous méthadone. Si la méthadone est active dans l'organisme l'héroïne ne procure pas d'effets positifs. Il pourrait vouloir arrêter la méthadone temporairement pour pouvoir prendre de l'héroïne et ressentir les effets mais alors il se retrouverait temporairement en manque. La méthadone a une longue durée d'action : 24 à 48h au bas mot.

Alors que penser de la situation ?

- tout d'abord il se soigne et même si c'est un traitement sur le long terme celui-ci lui permet de se stabiliser ;
- la prise occasionnelle d'héroïne est toujours possible s'il prend l'initiative d'arrêter la méthadone ;
- si la méthadone est bien dosée pour son besoin alors il ne devrait pas avoir envie de prendre d'héroïne ;
- si la méthadone est bien dosée bien sûr qu'il peut être clean très rapidement.

Mais je crois qu'au-delà de ces faits il y a entre vous une question de confiance. Vous n'avez pas totalement confiance en lui et quoiqu'il fasse pour vous prouver le contraire il lui sera difficile de vous convaincre.

Là c'est à vous de voir les conséquences de ce manque de confiance et de ses agissement pour vous. Est-ce quelque chose que vous pouvez accepter ou non ? Est-ce que globalement - car il faut regarder aussi les choses globalement - vous trouvez votre compte dans cette relation sans vous renier ni vous négliger ?

Honnêtement, un (ex)toxicomane peut avoir une longue pratique du mensonge et peut vous rouler dans la farine facilement. Cela ne veut pas dire qu'il le fait forcément. Il peut aussi être tout à fait honnête avec vous ou dire seulement des demi-vérités...

Si vous avez une bonne relation tous les deux peut-être devriez-vous faire le pari d'avoir confiance dans votre futur commun plutôt que strictement confiance en lui maintenant. Avoir un bon dialogue est une force. Et ne commettez pas aussi l'erreur de vouloir soit le contrôler dans ce qu'il fait soit le "soigner" ou le "sauver" de son problème. Vous allez vous rendre malheureuse à vouloir faire cela.

Enfin, en tout point et à tout moment, faites attention à vous !! Prenez-soin de vous, soyez à votre écoute pour ne pas vous laisser emporter ni par votre déception ou colère, ni par ses agissements. D'ailleurs avoir des interlocuteurs pour parler régulièrement de la situation vous aidera à faire le point et ainsi à mieux savoir où vous en êtes.

Vous pouvez continuer à écrire dans ces forums. Ici dans ce fil ou en réponse à d'autres. Vous pouvez aussi appeler notre ligne d'écoute Drogues info service (0 800 23 13 13) pour en parler si vous le souhaitez. C'est anonyme et gratuit (7j/7 de 8h à 2h). Le cas échéant l'un de nos écoutants pourra vous donner les coordonnées d'un centre où vous pourrez rencontrer des professionnels pour parler de la situation si elle vous chagrine trop.

Nous restons à votre disposition pour en parler plus avant si nécessaire. Vous êtes sous le choc de votre découverte mais la situation n'est pas forcément grave. Essayez d'avoir confiance dans l'avenir mais sans naïveté et toujours prenez soin de vous et soyez à votre écoute.

Cordialement,

le modérateur.

Manon2015 - 30/08/2022 à 14h00

Je vous remercie de m’avoir mis la lumière sur pas mal de points,
Le problème principal c’est qu’il est censé avoir « arrêté » la méthadone en janvier. Mais j’ai aperçu des messages plus que suspect qui parler de « gélules, pilules » un de ses « amis » devait lui fournir…
Quand j’aborde tout ça avec lui il me dit qu’il demande ça pour quelqu’un d’autre et je ne sais pas si je dois aller dans son sens ou bien chercher à avoir la vérité.
Comme vous l’avez très bien dis j’ai toujours tendance à vouloir « sauver » le monde. Et je sais plus quoi penser si ça me met en danger ou non surtout psychologique tout ses mensonges…

Moderateur - 30/08/2022 à 14h53

Merci pour votre réponse.

Ces messages parlant de gélules, pilules dénotent d'un "trafic". Je ne sais pas dans quel sens mais l'excuse de demander cela pour quelqu'un d'autre, ou "c'est pas à moi" est à peu près l'excuse numéro 1 lorsqu'on s'est fait surprendre par un proche.

S'il vous a dit qu'il avait arrêté la méthadone en janvier et qu'il continue effectivement il y a un gros mensonge devant vous.

Maintenant le mensonge provient souvent du fait qu'on ne peut pas dire la vérité à la personne qu'on a en face. Bien sûr il y a aussi une part qui fait que l'on ment pour se protéger mais prenez en compte que ce mensonge c'est aussi peut-être pour ne pas vous décevoir ni vous confronter à un monde que vous ne connaissez pas. C'est peut-être aussi le signe qu'il tient à vous paradoxalement.

Je dis bien "peut-être" car je ne le connais pas.

Connaissez-vous ses anciennes relations ? Il serait peut-être intéressant de savoir ce qu'elles peuvent vous en dire.

L'envie de "sauver" l'autre est noble mais c'est aussi un vrai piège pour soi. Elle conduit à se négliger et accepter l'inacceptable parce qu'on est touché par la personne en face de soi et qu'on pense que l'on peut faire quelque chose pour elle. Faites attention à ne pas vous rendre responsable de son destin et de ce qu'il fait ou ne fait pas. Demandez-vous si lui a réellement envie d'être aidé. S'il est dans des dispositions d'esprit où il reconnaît être en difficulté, exprime qu'il veut changer et fait des efforts réels en ce sens. Si ce n'est pas le cas il ne veut pas encore changer et vous ne pourrez pas l'aider.

Le modérateur.