© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Cocaïne et alcool

Par Klayl Postée le 04/08/2023 15:11

> Bonjour J'aimerais aider ma belle sœur de 44 ans qui boit énormément et consomme de la cocaïne depuis de nombreuses années...je ne sais pas comment aborder le sujet avec elle pour se faire soigner car je pense que c'est la seule solution ? J'aimerais aussi connaître les effets à long terme et est-ce que le fait qu'elle sort beaucoup la nuit à une énergie débordante crises d'angoisses changement d'humeur sont les symptômes de la prise de cocaïne et d'alcool ? Vers où je pourrais la diriger pour se soigner ? En vous remerciant.

Mise en ligne le 07/08/2023

Bonjour,

Vous souhaiteriez aider votre belle-sœur qui consomme de l’alcool et de la cocaïne depuis longtemps. Vous nous interrogez sur les risques à long terme et les symptômes de manque. Enfin, vous souhaiteriez connaitre des pistes d’orientations éventuelles vers le soin.

Il peut sembler difficile d’aborder la question des dépendances avec un proche. C’est pourquoi, il est important d’être attentif à la formulation en tentant d’exprimer ce que vous observez et ce qui vous inquiète dans ce contexte. Il n’est pas toujours utile d’aborder frontalement la question des consommations mais plutôt des éléments qui donnent à penser que votre proche va mal.

Cela permettra à votre belle-sœur de ne pas se sentir jugée mais plutôt prise en compte dans ce qu’elle traverse. De là, il lui sera possible d’exprimer ou pas ce qui la préoccupe ou la fait souffrir, surtout concernant les crises d’angoisse. Ce peut être une entrée en matière.

Une addiction peut être le résultat d’une souffrance, d’un mal-être ou tout type de difficultés. Or, parfois la personne n’en a pas forcément conscience ou n'est pas prête à en parler. Elle peut ressentir de la honte et nier l'existence d'une ou plusieurs addictions.

Dans cette configuration, seul un positionnement bienveillant et une écoute attentive permettront d’échanger dans le respect de l’interlocuteur, sans présumer forcément de ce qui est bon pour lui.

L’idée d’apporter de l’aide à un proche est louable, à condition que ce dernier en fasse la demande et se reconnaisse en difficulté. Si la personne nie, il sera difficile d’évoquer la question du soin.

C’est pourquoi, mieux vaut privilégier un dialogue sur ce qui est sous-jacent à l’addiction. S’intéresser à comment va votre belle-sœur, qu’est-ce qu’elle traverse actuellement, quels sont les effets recherchés de ses consommations si elle accepte d’en parler, etc.

Pour illustrer davantage notre propos, nous vous transmettons en bas de page quelques liens tirés de notre site internet de conseils à l’entourage.

Également, vous trouverez une fiche synthèse sur la cocaïne qui développe plusieurs chapitres dont les effets secondaires, la dépendance et les risques et complications possibles. Cela vous permettra de disposer d'informations complètes.

Ce que vous nous décrivez de ses humeurs et comportements peuvent en effet, illustrer quelques caractéristiques en lien avec les consommations ou phénomènes de dépendance.

Enfin, les perspectives de soins vont nécessiter qu’elle y adhère et qu’elle exprime le souhait d’être aidée.

Il existe des consultations spécialisées en Centre de Soins d’Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Une équipe pluridisciplinaire composée de médecin addictologue, psychologue, infirmier et travailleurs sociaux propose de soutenir et d’accompagner toute démarche de réduction, maîtrise ou arrêt des consommations de produits licites ou illicites. Elle pourra y être reçue de façon confidentielle, individuelle et gratuite. L’accueil y est bienveillant et sans jugement.

De même, les proches peuvent solliciter les professionnels, indépendamment de la démarche de l’usager, pour être conseillés, informés et soutenus dans leur positionnement.

Nous vous transmettons en bas de page un lien vers notre rubrique « adresses utiles » pour trouver les coordonnées d’un CSAPA dans la ville de votre choix. Il vous suffira d’y renseigner la ville et de sélectionner « sevrage ambulatoire » ou « soutien individuel usager/entourage ».

En attendant, si vous ressentez le besoin d’échanger autour de votre situation, vous pouvez joindre nos écoutants par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) tous les jours de 8h à 2h. Également par chat, via notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Bien à vous

En savoir plus :

- Fiche sur la cocaïne
- Adresses utiles du site Drogues info service
- Comment aider un proche?