

CONDUITE

Par Thia Postée le 11/01/2024 18:01

Mon mari boit depuis plusieurs années, il s'est fait suivre, mais il n'a plus confiance. Il veut essayer tout seul, il arrête de boire pendant quelques temps puis rechute. Bien entendu, il me ment devant l'évidence. Il profite de mes absences pour aller boire en cachette. Il prend le volant. J'ai peur qu'il fasse du mal à quelqu'un. Je ne sais plus quoi faire..

Mise en ligne le 15/01/2024

Bonjour,

Nous tenons à nous excuser du délai de réponse supérieur à notre engagement à vous fournir un retour dans les 48h. Nous faisons face à un nombre important de sollicitations.

Vous évoquez les difficultés avec l'alcool de votre mari, et votre impuissance vis-à-vis de cette situation compliquée. Vous avez bien fait de vous rapprocher de notre service afin de ne pas rester seule avec vos inquiétudes.

Une démarche d'arrêt n'est pas linéaire, les reprises de consommation peuvent survenir, en particulier si la personne affronte l'arrêt sans un soutien extérieur. Le suivi par des professionnel-le-s permet de se mettre moins de pression sur les épaules, et de pouvoir comprendre les recon consommations: pourquoi ai-je bu à ce moment-là, dans quelle émotion étais-je, qu'est-ce que je pourrais faire la prochaine fois que je me retrouve dans cette situation...

Nous ne doutons pas de la sincérité de votre mari quant à l'arrêt de l'alcool, mais ses recon consommations traduisent l'impasse face aux moments de tentation ou dans la gestion des moments difficiles.

Nous ne connaissons pas les détails de la prise en charge de votre mari, et ce qui a conduit à la perte de confiance envers les professionnel-le-s qui l'accompagnaient. Il n'existe pas qu'un seul type de suivi: prise en charge en centre d'addictologie (CSAPA), suivi avec des professionnel-le-s en libéral, hospitalisations complètes ou de jour, et parfois même un suivi avec le médecin généraliste peut déjà être en soi un levier d'aide. Il existe une pluralité de soins, mais toutes s'articulent autour d'un même constat: la nécessité d'être soutenu dans cette démarche.

Nous vous encourageons à tenter d'ouvrir le dialogue avec votre mari sur ce qu'il traverse actuellement, sans forcément évoquer l'alcool. Puisqu'il ne reconnaît pas boire de l'alcool, nous vous invitons à questionner son état (semble-t-il plus fatigué, triste, ou distant que d'habitude), et à partager vos besoins (des moments de complicité par exemple).

Nous comprenons que l'idée qu'il puisse prendre le volant alcoolisé vous alarme. Malheureusement, il n'est pas possible de le protéger de ses conduites à risque ou d'être derrière lui 24h/24. Ce n'est pas votre rôle, et vous risqueriez de vous épuiser.

Il est important que vous aussi puissiez trouver un espace de soutien pour surmonter cette période éprouvante. En tant que proche, vous pouvez avoir un suivi psychologique dans un CSAPA (Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie), gratuitement et même si votre mari n'est plus suivi. Nous vous glissons les coordonnées du CSAPA de Grasse, n'hésitez pas à les contacter pour prendre rendez-vous.

En attendant, il est également possible de recontacter notre équipe par téléphone (au 0 980 980 930, entre 8h et 2h, appel anonyme et non sur-taxé), ou par tchat (entre 14h et minuit en semaine, et 14h et 20h le week-end). Ce sera l'occasion de confier ce que vous avez sur le coeur, et de réfléchir ensemble à la façon de vous préserver. Nous ajoutons en fin de réponse les articles de notre site internet qui pourrait vous aider.

Nous vous envoyons tous nos encouragements.

Bien cordialement.

POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES

CSAPA LA CARAVELLE

Chemin de Clavary
06335 GRASSE

Tél : 04 93 09 56 83

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 16h45

Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 16h45

Service mobile : L'ELSA est constituée d'une infirmière et du médecin addictologue, appelées à la demande de tous les services (urgence, gastro-entérologie, pédiatrie...).

Substitution : le mardi de 9h à 17h

Consultat° jeunes consommateurs : aux horaires du CSAPA

[Voir la fiche détaillée](#)

En savoir plus :

- [Comment aider un proche ?](#)
- [Comment me faire aider ?](#)