© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

Au secours ! enceinte de 4 mois et consommatrices d'héroïne

Par Lila06 Posté le 03/06/2024 à 12h01

Bonjour à tous et à toute.

Maman d'une petite fille de 8 ans et futur maman pour novembre.
Je suis tombé dans l'héroïne sans m'en rendre compte !

À savoir que j'ai toujours consommé beaucoup d'alcool (2 bouteilles de vin tt les jours et de médicaments) et canabis
J'ai tout arrêter à l'annonce de ma grossesse (plus d'alcool mais juste un médicament pour dormir) je suis une grande angoissée et je cherchais souvent à ne plus ressentir mais angoisse... Je ne voulais plus être énervé malheureuse, stressé.
Je pense être bonne maman quand même car ma fille n'est jms passé après la drogue.
Elle ne manque de rien du moin en matériel (habille jouet nourriture) je regarde tjs si elle a besoin de rien !
Mais voilà c'est pour mon futur bébé que je me ronge car je n'arrive pas à arrêter l'héroïne (j'ai essayé mais j'ai eu un décollement du placenta avec perte de sang hémorragique)
Je suis tellement malade quand je touche à rien (mal au ventre, vomi tte la journée, dort pas. Mange pas) loin d'être une hygiène de vie d'une futur maman. A côté de ça j'essaie d'avoir une bonne alimentation (beaucoup de fruits d'eau et de légume du laitage aussi)
J'aimerais arrêter vraiment car je culpabilise tt les jours, j'ai honte de moi, j'ai peur pour mon bb !
Mais j'ai peur d'aller voir un spécialiste déjà car je ne veux pas avoir de problème avec les services sociaux à la naissance de mon bb
J'ai peur que mes parents l'apprenne qu'une personne en parle qu'il découvre que j'ai un traitement si j'en ai un par la suite (je suis vraiment perdu)
Je suis d'une petite ville et tt le monde se connait j'ai peur qu'il y ai une fuite !
Je ne veux pas que ça soit noté dans mOn dossier médical (mon médecin et le médecin de mes parents)
Ma tête veux tt stopper mais mon corps me fais trop mal....

Je ne sais pas vers qui me tourner !

Je me rend malade tt les jours. Je me déteste ! J'ai honte tellement honte que je ne vie pas bien ma grossesse !
Pourtant je suis heureuse d'un autre côté je l'aime déjà tellement) même pas né je lui fais déjà du mal
J'ai de la chance quand même d'avoir un copain exceptionnel qui me soutient et me rassure quoique je fasse !

Je pense même à mourir parfois mais je pense à ma fille...

Alors tt les soirs je pleure...

7 réponses

Charliiie - 04/06/2024 à 08h24

Bonjour Lila06,

Je suis active sur ce forum car mon mari est dépendant.
Je venais poser une question aux consommateurs mais je dois dire que je préfère autant prendre le temps de vous répondre!

Votre appel à l'aide est criant et je m'étonne que Modérateur ne vous adresse pas une première réponse (sans doute trop à faire).

Alors je me lance et j'espère que d'autres suivront…

Bon, déjà je sens beaucoup de culpabilité dans votre discours. J'entends aussi beaucoup de freins à cause des autres ou du regard des autres. Je pense que là il est primordial de penser à VOUS et votre bébé, c'est LA priorité et le reste franchement c'est secondaire.

Sachez que les médecins et services d'aide sont gardé au secret médical, c'est primordial et s'il n'y a pas de respect de cet aspect, ils risquent très très gros pour leur travail!

Je pense sincèrement qu'il faut oser faire le pas de demander de l'aide. Parlez-en à votre gynécologue et/ou sage-femme si vous êtes plus à l'aise mais ne restez pas seule avec cela.

Un traitement pourrait peut-être vous aider et/ou une hospitalisation pour vous soutenir dans le sevrage. Il y a des unités de prise en charge mère-bébé.

Je travaille dans le secteur de l'aide à l'enfance, je sais que ces services font peur car ils gardent leur image d'avant (où les enfants étaient retirés des parents pour un rien) mais ce n'est plus le cas actuellement, les services sont là pour vous aider et vous soutenir.

Sans jugement, je voudrai vous dire (mais vous le savez sûrement déjà) que consommer enceinte peut avoir de graves conséquences sur bébé.

Votre compagnon vous soutient, demandez lui de faire les démarches avec vous. Et vraiment je pense que des professionnels peuvent vous aider, ne restez pas seule avec ça. Je lis que cela vous ronge et vous donne même des idées noires.
Tout cela ne doit pas être agréable pour vous et même votre bébé car on sait à quel point tout se passe déjà in utéro.

Les professionnels peuvent soutenir votre arrêt (si c'est votre souhait), peut-être proposer autre chose pour calmer votre anxiété (plantes, yoga pré natal, massages, etc) et peuvent aussi vous proposer un suivi rapprocher dans votre intérêt et celui de votre bébé.

Encore une fois, ne restez pas seule avec ça.
Sur ce site, vous trouverez dans la rubrique AIDE quelques pistes mais j'ai l'impression que vous avez des personnes ressources qui sauront vous renseigner dans le cadre de votre suivi de grossesse.

Je vous envoie vraiment plein de courage pour ce que vous vivez et pour vous donner la force de faire le premier pas.

N’hésitez pas à nous tenir au courant.

Moderateur - 04/06/2024 à 08h54

Bonjour Lila06, bonjour Charliiie,

Charliiie merci d'attirer de nouveau mon attention sur ce fil dont je me suis dit hier qu'il fallait répondre en effet.

Lila06 je ne peux qu'appuyer ce que vous dit Charliie sur l'accueil que vous recevrez dans les services d'aide pour votre grossesse. Vous n'êtes pas une "mauvaise mère", bien au contraire vous vous inquiétez beaucoup pour la santé de votre futur bébé. C'est la preuve que vous avez le souci de bien faire.

Vous êtes pris dans votre dépendance à l'héroïne mais il y a des solutions et sachez d'emblée que ce n'est pas très grave en soi d'en prendre pendant la grossesse SI vous prenez les précautions suivantes : informer les personnes qui vous suivent pour votre grossesse de cette prise d'héroïne et essayer d'avoir la consommation la plus régulière possible.

En effet, les opiacés ne sont pas toxiques (dans le sens qu'ils n'entraînent pas de malformations par exemple) pour le fœtus mais ce sont les variations de consommation qui peuvent déclencher des complications obstétricales. Le fait d'arrêter brutalement est ce qui est dangereux et ce qui fait le plus souffrir le fœtus. Aujourd'hui les professionnels peuvent vous proposer des produits de substitution, notamment la méthadone, dont l'avantage est d'être à longue durée d'action, de vous empêcher d'être en manque en apportant une dose régulière d'opiacé à votre corps. Vous souffrirez moins et votre futur bébé également.

D'autre part aujourd'hui les professionnels savent prendre en charge le syndrome de sevrage du nourrisson à sa naissance. Pour s'y préparer il faut qu'ils soient au courant d'où l'importance d'en parler.

Lila06 je vous invite à appeler notre ligne d'écoute Drogues info service au 0 800 23 13 13 afin d'en parler avec l'un.e de nos écoutants.es. Il ou elle pourra regarder avec vous s'il existe dans votre région des structures ou des réseaux de médecins "addictions & grossesse". Les professionnels qui travaillent dans le cadre de ces réseaux ou structures sont particulièrement formés à l'accompagnement et ne vous jugeront pas. Ils chercheront au contraire à vous aider au mieux pour que votre grossesse et l'après naissance se passent au mieux pour votre bébé et vous. Tout cela est confidentiel bien entendu et restera entre les professionnels et vous.

Courage, vous avez bien eu raison d'écrire ici, merci encore une fois à Charliiie d'avoir réagi. Vous allez être une mère formidable.

Cordialement,

le modérateur.

Charliiie - 04/06/2024 à 09h35

Modérateur,

Merci d’avoir complété ma réponse si rapidement!
En plus, vous apportez une notion différente de la mienne quant à la gravité de la consommation durant la grosse car j’étais plus drama et peut-être moins bien informée à ce sujet.

J’ai beaucoup de choses en tête avec ce que je vis et j’en ai oublié de souligner, comme l’a fait Modérateur, que vous n’êtes pas une mauvaise mère et que votre réflexion prouve effectivement que vous vous souciez de votre/vos enfant/s et la votre aussi (car la santé de bébé passe par la votre).

Bonne continuation

Moderateur - 04/06/2024 à 09h47

Merci Charliiie, merci encore d'avoir fait cette piqûre de rappel.

Je sais que vous être très préoccupée de votre côté et c'est d'autant plus appréciable que vous preniez le temps de répondre à d'autres personnes et de leur faire part de votre expérience. Merci beaucoup.

Prenez soin de vous, c'est la clé.

Cordialement,

le modérateur.

Lila06 - 04/06/2024 à 12h59

Bonjour charlie et modérateur

Je vous remercie énormément pour avoir pris le temps de me lire !
C'est avec ces quelques larmes que je vous répond.
Merci ça m'a fait beaucoup de bien de vous lire
Je suis rassurée de savoir que rien ne sortira du bureau du professionnel que j'irai voir.

J'ai tellement honte... Mais je prend ça comme un signe de la vie mon bb est là pour me sauver ! Alors je dois le faire pour lui et ma fille
Je ne veux pas tomber dans cette spiral infernale !

C'est vrais que j'ai vraiment peur que mes parents l'apprenne il me banniré si ça venait à leurs oreilles !
Mais je vais pas penser à ça ! Sinon je ne ferais rien à par le renfermé !

J'ai rdv à l'hôpital demain. Car même ça j'ai peur d'y aller
Je suis en stresse tt le temps !
Je ne pourrais pas me faire hospitaliser à cause de ma fille de 8 ans
Je n'ai personne pour la garder !

Tout les hôpitaux sont adaptés à ce genre de situation ? Car vers chez moi c'est vraiment une petite maternité ?

Et si je vais sur une grande ville ma famille va se demander pk je suis dans un autre hôpital !

Ma mère est possessif et toxique ! Elle se mêle de tout je sais pas comment l'éloigner sans qu'elle me pose 1000 questions !

Je vais déjà me renseigner et appeler le numéro que vs m'avez donnée !
Merci beaucoup vos réponses mon donné un peu de force et de courage !

1000 merci
A très vite

Charliiie - 05/06/2024 à 15h52

Bonjour Lila06,

C’est avec beaucoup d’émotions que j’ai lu les réponses hier soir (la vôtre et celle de modérateur).

Déjà bravo pour cette première démarche.
J’ai bien pensé à vous aujourd’hui et j’espère que vous avez pu faire le pas.

Pour votre maman, je connais cela et c’est à double tranchant: soit elle sera d’un grand soutien (notamment pour votre fille); soit elle se mêlera de tout; soit elle risque de tourner le dos. Rien n’est vraiment prévisible d’avance.

Personnellement, nous l’avions caché à la famille ensuite nous en avons parlé. Les réactions ont été très variées mais cela a aussi été du soutien/répit par moment.
C’est une décision qui vous appartient d’en parler ou non.
Un suivi psychologique peut aussi vous aider dans la réflexion.

Charliiie - 02/07/2024 à 10h19

Bonjour Lila06,

Comment ça se passe de votre côté?