© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Forums pour l'entourage

Aide conjoint qui fume du cannabis

Par Elody7834 Posté le 08/09/2024 à 09h05

Bonjour,

Voici mon histoire qui je l’espère aidera, ou vous donnera du courage à toutes les personnes comme moi, qui partage son quotidien avec quelqu’un qui fume du cannabis.

J’ai rencontré mon conjoint au mois d’octobre 2023 par hasard au boulot, et dès nos débuts je lui avait fait part de ne pas vouloir d’un homme qui touche à la drogue (expérience déjà faite auparavant).

J’allais chez lui quelques jours dans la semaine et au bout d’un certain moment il a voulu que je m’installe dans son appartement et nous vivions donc ensemble.
C’est un homme qui a une très bonne place (directeur) et qui travaille du matin au soir. Un homme qui cuisine, adore les enfants, aime l’amour, son enfant, sa famille.

Je ne l’ai pas vu directement mais assez rapidement quand même qu’il fumait pas que des cigarettes (par l’odeur), et de la, ma « love story » a littéralement basculer. Je lui en voulait énormément de m’avoir menti car je lui avais bien dit dès nos débuts. Il me disait qu’il souhaiter arrêter ça et la cigarette et qu’il me rassurait car ce n’était que du CBD.
Chose que je n’ai pas cru puisque au vu de ces yeux rouges j’ai directement cramé son mensonge ! Je ne connaissais pas plus que ça les conséquences, les effets indésirables de cette drogue donc j’ai fait énormément de recherches et j’ai également lu vos témoignages. Forcément, ça ne m’a pas aidé car j’ai pu lire que bien souvent ça dure des années la consommation.

S’en est suivi des mois de questionnement, de souffrance, ne sachant pas quoi faire pour la suite, le voyant plonger les deux pieds dedans en se levant même la nuit pour fumer.

Il perd son travail devient donc chômeur et la j’ai également vu ma vie noire car forcément au lieu de 2/3 joints dans la soirée c’était quasiment 10 joints à la journée. Il se cachait pour rouler, aucun effort pour se remettre dans la vie active car il ne savait pas quoi faire, manque d’hygiène par moment, amaigrissement, manque de tendresse dans le couple.
Je précise qu’il n’a jamais été violent et a toujours montré son amour envers moi et a toujours été heureux de m’avoir rencontré.

Ma famille n’était pas au courant de cela et je ne voulais pas qu’il s’inquiète pour moi. Sa famille n’était également pas au courant.

J’ai décidé de l’aider comme je le pouvais, en l’éloignant de cette spirale noire, il nous fallait du renouveau, nous avons déménagé en juillet et changer complètement d’endroit et là ça été le changement radicale.

Arrêt total du cannabis, je ne pensais pas qu’il pouvait le faire et je pensais également que j’allais en payer

les conséquences les premières semaines. Il a néanmoins eu beaucoup de mal à s’endormir, son sommeil n’était pas réparateur, coupé à plusieurs moments.
Je dormais d’un œil pour veiller sur lui et pour voir si vraiment il allait bien.
J’ai pris rdv chez le médecin pour son sommeil et nous y allons semaine prochaine. Son humeur n’a tout de même pas changé.
Nous sommes partis une semaine en vacances à la mer ce qu’il a également fait énormément de bien.
Je l’ai également motivée à s’activer pour retrouver un emploi ou une formation, ce qu’il a fait car il s’est inscrit à une formation qui débute dans quelques mois.
Reprise de poids, sa famille l’a également constaté.
Il est retourné là où il habitait car il en avait besoin et en pensant qu’il allait rechuter en achetant de la consommation et bien non rien du tout !

Soyez forts, vous êtes les seuls à pouvoir leurs venir en aide pendant que eux sont dans le déni totale et qu’il minimise le fait de fumer cela.
C’est très dur, on en voit pas le bout du tunnel, la charge sur les épaules est énorme pour nous les proches j’en suis consciente. J’ai bien évidemment à plusieurs moments failli jeter l’éponge, mais quand l’amour est là rien ne peut vous arrêter.
Heureusement que j’avais mes collègues de travail à qui je pouvais parler…

Ne rester pas seule, faites-vous aider, prenez des forces ne vous laissez pas de côté pour eux, ne vous oubliez pas, prenez soin de vous et continuer à briller malgré tout.