© Drogues Info Service - 5 septembre 2026

Forums pour l'entourage

Mon copain est addict au crack

Par Mamarrdr Posté le 25/01/2025 à 07h25

!
Bonjour,

Je me permets d’écrire ces quelques lignes pour partager mes ressentis de ces dernières semaines. Je suis en couple depuis cet été avec un garçon adorable et qui me plaît sous énormément d’aspects.

Le soucis est qu’il souffre de lourdes addictions, notamment l’alcool et le crack. Il n’a pas vécu de traumatismes dans l’enfance et a même été très heureux à cette période, dont il est extrêmement nostalgique. Il vient d’une ville pourrie où tout le monde consomme et il s’est fait prendre dans l’engrenage. Lors de notre rencontre cet été il était en plein processus de sevrage. Il émettait beaucoup de réserve et me cachait une partie de la vérité (j’en avais plus ou moins conscience).

Entre temps, il a trouvé un appartement et travaille à la poste en tant que facteur, mais il a énormément de difficultés à payer son loyer et honorer ses heures de travail totalement. Il m’est déjà arrivé de lui donner de l’argent puisque son compte est toujours à découvert et que je n’ai pas envie qu’il reste à jeun. D’un autre côté je me dis que je ne suis pas sa mère et que ce n’est pas censé être mon rôle. D’autant plus qu’il réussit quand bien même à trouver de l’argent pour consommer… c’est juste que manger n’est pas sa priorité.

Aujourd’hui, il n’a plus ce « filtre » avec moi, il me parle ouvertement de ses consommations et les rechutes ont été nombreuses. Je remarque qu’il réussit la plupart du temps à se sevrer pendant environ deux semaines puis re consomme pendant environ 2 semaines (l’alcool reste lui une consommation journalière et excessive à raison d’au moins 3 canettes de bière forte).

Je suis moi même infirmière en soins intensifs neuro-vasculaires et l’idée qu’il se retrouve hospitalisé dans mon service me hante. Je suis bien alerte des risques qu’il encourt. Il a déjà présenté des paresthésies au bras gauche à plusieurs répétitions, et comme il dort beaucoup, j’ai remarqué qu’il faisait de l’apnée du sommeil (je m’inquiète beaucoup).

Je sens que tout cela m’affaiblit de jour en jour.

Je me sens coupable car je lui ai fais part avant hier de ce que j’avais sur le cœur, je lui ai dis que j’avais l’impression que parfois il me négligeait et ne se souciait pas de mes ressentis. J’ai aussi dis que j’en avais discuté avec mes deux meilleures amies et qu’elles étaient en colère contre lui. Je culpabilise car je crois que cette approche n’était pas la bonne et j’ai peur qu’il se renferme sur lui. Mais je me suis sentie tellement submergée ces derniers jours que je n’ai pas su garder cela pour moi.

J’aimerais savoir si des personnes dans la même situation auraient des conseils… n’importe lesquels… je suis démunie. J’essaye de lui apporter le plus de confort et d’apaisement possible.

Il y a moins d’une semaine, il m’a partagé ses idées noires (qui étaient précises, avec un mode d’action et un emplacement) qui lui sont parvenues lorsqu’il avait consommé. Quand il m’en a parlé, je pense qu’il était encore en redescente. Tout cela m’angoisse énormément.

J’ai pensé à pleins de choses, comme lui faire faire une liste des choses pour lesquelles il aimerait arrêter, lui faire noter ses ressentis chaque jour ou tracer quelque part les jours où il n’a pas consommé pour qu’il puisse voir de lui même les efforts qu’il fournit. Mais j’ai peur qu’il se sente infantilisé, et que surtout tout cela soit vain et qu’il le voit comme une blague par rapport à la souffrance qu’il traverse. Je ne peux pas m’imaginer à quel point c’est difficile… qu’en pensez-vous ?

Nous avons respectivement 24 et 26 ans et je crois qu’il faut qu’il agisse maintenant avant que ce soit trop tard. Mais je sais aussi que je ne peux pas le forcer. Il a envie d’arrêter mais il n’y parvient pas. C’est pourquoi je poste ce message car j’aimerais pouvoir prendre du recul sur la situation au travers d’expériences différentes… Je ne sais vraiment plus comment gérer tout ça.

Merci d’avance pour vos retours