© Drogues Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

Multiples dépendances... quoi faire ?

Par Profil supprimé Postée le 22/10/2009 07:48

> Bonjour, voilà, mon chéri (38 ans) a un comportement qui m'inquiète vis à vis de l'alcool, en rentrant du boulot il peut vider une bouteille de vin (rouge, rosé ou blanc... peu importe), boire 2, 3 ou 6 bières et consommer encore à table pour finir la bouteille qui reste après le repas... Il reconnaît qu'il a un problème avec l'alcool mais ne pense pas en être à "devoir aller voir quelqu'un", il "compte" sur mon soutien et mon aide, mais comme je lui ai dit je ne suis pas médecin... On a fait un test : ne pas boire pendant une semaine, le 1er jour il m'a dit que ça lui manquait et après plus rien... mais dès le 7ème jour, il a bu ses 6 bières et du vin.. Il est aussi bien accroc à des drogues dites "douces" et aussi à la clope... Je l'aime et j'ai peur que son problème avec l'acool ne devienne trop insurmontable au fil des années s'il ne fait pas quelque chose tout de suite... j'ai du mal à ne pas le lui reprocher, mais comment réagir ? Dois-je commencer par ne plus acheter de bières, de vin et autres alcool ? Rien au repas ? Même si je sais qu'il finira pas aller en acheter lui même s'il n'en trouve pas à la maison ? Devra-t-il s'abstenir de toute dépendance ? Que faire, comment faire ?

Mise en ligne le 23/10/2009

Bonjour,

L'importante quantité d'alcool consommée quotidiennement par votre compagnon est en effet inquiétante. Elle dépasse largement le seuil des trois verres par jour (pour un homme) recommandé pour une consommation à moindre risque.
Le fait d'avoir réussi à ne pas boire pendant une semaine, sans trop de difficultés, indiquerait qu'il n'a pas développé de dépendance physique à l'alcool. Mais son empressement à reconsommer dès la fin de ce petit test attesterait d'une rélle dépendance psychique à ce produit.
En maintenant son actuelle consommation, votre compagnon prend le risque, à court terme, de ne plus pouvoir la maîtriser, tant sur le plan physique que psychologique. Comme vous le craignez, il prend le risque d'en faire un problème difficilement surmontable, aussi bien pour lui que pour vous, l'obligeant un jour à une totale abstinence.
Il est rassurant qu'il reconnaisse "avoir un problème" et vous demande aide et soutien. Mais la dépendance à un produit (voire à plusieurs comme vous semblez le penser) est un phénomène complexe qui, outre la bonne volonté du consommateur et des ses proches, nécessite parfois de solliciter l'aide de professionnels.
Il s'agirait, avec eux, de pouvoir faire le point le plus sereinement possible sur ce qui se joue dans ces consommations et d'envisager les diverses solutions possibles pour qu'elles ne deviennent pas dangereuses.
Cette réflexion peut se mener dans des structures dont vous trouverez les coordonnées ci-jointes. Elles accueillent aussi bien les consommateurs que leurs proches : vous pouvez donc vous y rendre ensemble ou séparément. Il est également possible d'entamer cette réflexion au téléphone en joignant le 0 800 23 13 13

(appel gratuit et anonyme de 8 h à 2 h).

Bien à vous.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :

CSAPA LYADE - ARHM - LYON

31, rue de l'Abondance
69003 LYON

Tél : 04 72 84 62 00
Site web : lyade.arhm.fr/index.php
Secrétariat : Lundi, mercredi, jeudi et vendredi de 10h à 12h et de 14h à 16h - le mardi de 10h à 12h et de 16h à 18h
Accueil du public : Lundi de 9h à 13h à 18h, mardi de 9h à 13h et de 13h30 à 19h, mercredi de 9h à 13h et de 13h30 à 19h, jeudi de 9h à 13h et de 13h30 à 17h30, vendredi de 9h à 13h et de 13h30 à 17h
Consultat° jeunes consommateurs : Lundi de 13h à 17h30, mardi de 16h à 19h, mercredi de 13h à 19h, jeudi de 14h à 16h, vendredi de 11h30 à 12h30 et de 14h à 17h

Voir la fiche détaillée