© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Sa consommation alcool/cannabis est-elle à risque ?

Par Profil supprimé Postée le 27/04/2011 09:03

Bonjour,

Je vis avec mon mari depuis 10 ans et je vis de + en + mal son rapport avec ces deux produits. Je pensais qu'en passant d'une vie de célibataire à une vie de couple les choses rentreraient dans l'ordre mais 10 ans plus tard le problème est toujours là. Il a 43 ans et fume du cannabis depuis l'âge de 17 ans (tous les jours 2 à 3 sticks) et depuis 2 ans suite à de nombreuses disputes il fume le WE (2 à 3 sticks aussi) et plus si occasionn festive. Par rapport à l'alcool, lorsque nous avons commencé à vivre ensemble, c'était 2 à 3 bières tous les soirs et le WE il rajoutait à cette conso de bière 2 bouteilles de vin (1 par jour) et plus bien sur si occasion festive. Ce rythme m'a rapidement interpellé mais comme à chaque fois c'était des disputes très fortes, je pense que je m'en suis accommodée tant bien que mal (plutôt mal en fait) et puis l'année dernière après une Xème dispute je lui ai demandé de parler à notre médecein traitant de cette conso (en ma présence). Le médecin à conseillé de diviser par 2 les quantités globales ce à quoi mon mario s'est engagé mais n'a pas tenu bien longtemps. L'été dernier suite à une soudaine prise de conscience sur le cannabis il décide de faire une pause sur la fumette mais à commencé à compenser avec l'alcool toujours sur la période du WE avec apéro, vin à table, digestif ...
Et puis re-crise et engueulade il a repris des quantités plus raisonnables toujours sur le WE mais je sens bien que l'équilibre est incertain. J'ai l'impression qu'il jongle en permanence entre les deux produits. J'ai aussi l'impression que depuis qu'il contrôle sa conso d'alcool (cela lui demande en effort psychologique à priori) et bien dès qu'il a l'occasion lors d'une fête ou l'alcool est en libre service il se lâche encore plus qu'avant comme pour compenser une frustration. Je ne sais plus quelle attitude avoir, je suis perdue et cela me rend malade et anxieuse. Je sais qu'être dans le contrôle n'est pas bien et que cela le pousse peut-être à consommer encore plus, mais j'ai du mal à fermer les yeux qd je vois son comportement. Les discussions sont difficiles, parfois productives mais j'ai l'impression de faire deux pas en avant et un en arrière régulièrement. Parfois il me semble devenir raisonnable et me donne espoir mais me reprend cet espoir qq semaines après et mon angoisse grandit encore plus de l'avenir avec lui.
Que pensez-vous de sa conso ?
Qu'elle attitude dois-je avoir ?
Est-ce que je m'inquiète trop ? (je sais que parfois je focalise et reste bloquer sur des choses)
Merci de l'aide que vous pourrez m'apporter car je ne peux pas vraiment en discuter avec personne.
demande

Mise en ligne le 28/04/2011

Bonjour,

Votre mari semble avoir pris des habitudes de consommation depuis son adolescence, habitudes qu'il a apparemment du mal à changer même si les choses évoluent avec le temps.

Ce n'est quand même pas rien d'arriver à ne consommer que le week end quand pendant des années on a consommé au quotidien. Votre mari semble faire certains efforts et se remettre un minimum en question devant vos demandes, vos inquiétudes.

Vous dites justement trop vous inquiéter, focaliser, rester bloquer sur des choses (nous comprenons sur ses consommations) comme si vous perceviez que finalement le risque était ailleurs. Effectivement, il y a à s'interroger sur les habitudes de consommation de votre mari mais encore d'avantage sur les raisons pour lequelles il consomme de cette manière. Il semble que le cannabis ou l'alcool lui apportent alternativement certains bénéfices positifs dont il a du mal à se priver complètement et durablement.

Il peut être compliqué pour certains, notamment pour ceux qui ont commencé à prendre des produits relativement jeunes, de s'imaginer vivre "sans produit". Il pourrait donc être intéressant, pour lui comme pour vous, de comprendre un peu mieux quelle place ont pris le cannabis et l'alcool, ce que leurs consommations régulières lui procure, et quel malêtre ces dernières viennent éventuellement compenser.

Vous pourriez, si vous le souhaitez l'un et l'autre, consulter ensemble ou séparément dans un lieu spécialisé sur les problématiques addictives. Ce pourrait être l'occasion pour votre mari de faire le point sur ses consommations, de se faire aider à diminuer encore ou arrêter complètement si c'est son envie. De votre côté cela pourrait vous permettre de prendre un certain recul, de mettre à plat vos angoisses et inquiétudes quant à l'avenir. Vous trouverez dans le lien ci-dessous les coordonnées d'un centre spécialisé, les consultations y sont confidentielles et gratuites.

Evidemment, vous pouvez également nous joindre au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, 7j/7, de 8h à 2h) si vous souhaitez discuter d'avantage de ce qui vous préoccupe.

Bien à vous.

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

Association Sauvegarde CSAPA

8/10 rue du 4 septembre
47000 AGEN

Tél : 05 53 48 15 80
Site web : www.sauvegarde47.fr/fr/1/43/50/Le-CSAPA.html
Secrétariat : Du lundi au vendredi 9h/12h et 14h/16h30 sauf les lundi et mercredi après-midi
Accueil du public : Lundi : 9h/12h30 et 16h30 /18h - du Mardi au vendredi : 9h/12h30 et 14h/17h
Consultat° jeunes consommateurs : A Agen, 49 rue des Cornières, sur RDV, du lundi au jeudi. A Villeneuve/Lot : Espace de santé des Haras Place des droits de l'homme, sur RDV mercredi et vendredi. Courriel : cjc@sauve-garde.fr
Substitution : Délivrance de méthadone sur rendez-vous aux horaires d'ouverture du CSAPA
Service de prévention : Sensibilisation des jeunes aux conduites addictives. Contact : cjc@sauve-garde.fr

Voir la fiche détaillée