© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

je ne sais plus comment l'aider

Par Profil supprimé Postée le 27/07/2011 22:47

bonjour, je viens sur ce site chercher de l'aide car je ne sais plus quoi faire,je suis perdu,mon moral est au plus bas... Je suis avec mon conjoint depuis bientôt 5 ans celà fait a peut prés 10ans qu'il consomme du cannabis a raison de 5 joints par jour et parfois 2 joints quand je suis à la maison. Je suis atteinte de la maladie de crohn et nous avions décidé que lorsque celle-ci se stabiliserai il arrêterai de fumer pour que nous puissions construire une famille...la maladie est stabilisé depuis un an, je lui ai donc demandé depuis un an d'arrêter de fumer ,il m'a d'abord fait croire a une diminution..le soucis étant que j'ai vite déchanté puisque je retrouvé des mégots caché et des souris de cigarette caché également ainsi que du cannabis dissimulé dans la maison...j'ai donc eu une discussion avec lui suite à ça il m'a dit qu'il allait arrêter...je lui ai de nouveau fait confiance sauf que récemment nous nous sommes disputé car il refumait de plus en plus...je lui ai donc demandé de jeter son joint fraichement fait par la fenêtre il m'a d'abord dit qu'il en était incapable puis au bout de 30minutes de disputes il la fait en se fâchant et m'a ensuite dit que si il l'avait fait ce n'était pas pour rien,il m'a dit de regarder derrière un cadre ...et là j'ai trouvé 50euros de cannabis (habituellement il en cache dans les dvd ou dans la tirelire ou sous le canapé...) j'étais très fâché car nous n'avions plus d'argent pour manger (puisque je viens de finir mon contrat de travail...) je lui ai donc dit que j'étais contente qu'il soit arrivé à me l'avouer ...il a pleuré (première fois que je le voie pleurer en 5ans),j'ai donc essayé de le calmer, de le rassurer et je lui ai donc proposer de diminuer sa consommation petit à petit en en mettant beaucoup moins lorsqu'il les faits....le soucis c'est que si je l'interdit de fumer il me le cache...il attend que je vais au lit pour s'en fumer 2 ou 3 (de ce fait plus de relation de couple...) et si je lui dit de diminuer ses doses c'est pareil il en fume un devant moi et une fois au lit ou une fois absente il en fume plusieurs...il travaille dans la restauration, tout ses collègues ainsi que son patron en consomment ce qui fait qu'il est dans un environnement pas très favorable...il dit m'aimer et ne pas vouloir me perdre...mais moi dans ce petit jeu j'ai ma santé en jeu... Je vis des choses pas faciles avec ma maladie, j'ai peur d'une rechute et de ne pas pouvoir être enceinte (puisque je ne veux pas concevoir tant qu'il n'y a pas d'arrêt de cette stupide drogue !!!) Je veux l'aider à arrêter, car en plus de ça il se renferme sur lui-même de jour en jour, il est tout le temps fatigué, il rentre du travail, enlève ses chaussures, sort le chien, prend la couette se met devant la tv et ne bouge plus jusqu’à repartir travailler...et le week-end c'est pareil il se lève, se lave, sort le chien, fume, se met devant la tv sous la couette et ne bouge plus, si je ne lui parle pas il ne parle pas...j'ai tout essayé ...j'ai essayé d'être sévère envers sa consommation ça n'a pas fonctionné, j'ai essayé l'ultimatum ça n'a pas fonctionné, j'ai essayé d'être conciliante ça n'a pas fonctionné...
Je ne sais plus vers qui me tourner à part vous... J’espère que vous comprendrez ce que j'ai décrit et que vous pourrez m'apporter une solution. Merci d'avance!!!

Mise en ligne le 28/07/2011

Bonjour,

Vous décrivez une situation difficile avec votre conjoint et nous comprenons votre désarroi face à son comportement. Celui-ci consomme du cannabis depuis plusieurs années et il lui est manifestement impossible ou très difficile, malgré votre pression, de s'arrêter. Comme vous le soulignez à bon escient, son environnement de travail n'aide pas non plus, au contraire !

Vous pourriez essayer d'aborder avec lui les raisons qui le poussent à consommer régulièrement. Il y a l'habitude, peut-être une forme de dépendance, mais peut-être aussi un mal-être sous-jacent. Il s'agirait donc de comprendre quels besoins sa consommation de cannabis vient satisfaire ches lui ? Quels bénéfices retire-t-il de sa consommation au juste ?

Le cannabis n'entraîne pas de dépendance physique, on peut donc arrêter ce produit sans passer par un sevrage ou une hospitalisation et sans mettre sa santé en danger. Par contre, si ce produit lui sert à "s'apaiser" et comme il en consomme depuis plusieurs années, il est fort probable qu'il ait développé une dépendance psychologique au cannabis et qu'il soit anxieux à l'idée d'arrêter. C'est la raison pour laquelle il a probablement besoin d'une aide. Des consultations spécialisées existent à destination des usagers de cannabis et pourraient lui offrir un soutien. Ces consultations l'aideraient notamment à identifier les obstacles à son arrêt et les atouts qu'il possède néanmoins. Vous trouverez en bas de page un lien vers une consultation de ce genre. Ces consultations reçoivent également l'entourage donc vous pouvez vous y rendre aussi (avec ou sans lui).

Ne vous découragez pas.

Si vous le souhaitez, vous pouvez aussi appeler notre service au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe de 8h à 2h) pour parler de votre situation avec nous.

Cordialement.

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

Centre CSAPA Boris Vian

10 rue Colbert
59000 LILLE

Tél : 03 20 15 85 35
Site web : www.epsm-al.fr
Accueil du public : Du lundi au vendredi (sauf le jeudi) de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30, le jeudi de 9h30 à 13h et de 15h30 à 19h

Substitution : Du lundi au vendredi (sauf le jeudi) de 8h à 12h30 et de 13h30 à 14h30, le jeudi 8h à 12h30. Tel : 03 28 07 26 80
Consultat° jeunes consommateurs : Consultation jeunes usagers et familles du Centre Vernon Sullivan (juste à côté de Boris Vian) joignable au 03 20 31 28 89, du lundi au vendredi.

Voir la fiche détaillée