

## VIVRE AVEC UN DROGUÉ

---

Par Profil supprimé Postée le 25/02/2012 11:43

Bonjour,

Je suis mariée, j'aime mon mari mais il consomme de l'héroïne (ainsi que du cannabis). Depuis un an, il a réduit sa consommation de drogue (il fume du 'brown sugar') et il affirme qu'il veut arrêter... mais après quelques jours, au mieux quelques semaines, il replonge et quand je m'en aperçois, c'est de nouveau une crise pour notre couple (je souhaite qu'il soit honnête avec moi et qu'il ne me mente pas, donc qu'il m'informe quand il se drogue, ce qu'il semble incapable de faire). Nous vivons à l'étranger, il n'y a pas de structure d'aide à proximité... Je voudrais savoir ce que je dois faire pour l'aider : faut-il qu'il stoppe complètement ou prendre une dose de temps en temps, en essayant de réduire, est un processus qui peut aussi conduire à un arrêt complet ? Comment gérer ses demandes incessantes pour obtenir de l'argent 'du ménage' car il a déjà dépensé le sien ? La prise de vitamines (information glanée sur internet) peut-elle aider à compenser son manque ?

Quand il me parle de son manque, j'essaie de dialoguer au maximum, de lui proposer de faire quelque chose pour 'lui changer les idées', mais je crois que ce qu'il attend de moi c'est juste de l'argent pour aller s'acheter une dose car il se butte, refuse tout dialogue et notre vie devient infernale jusqu'à ce qu'il assouvisse son obsession... Après quoi, il redevient gentil, s'excuse, et me fait ses promesses 'd'alcoolique' (comme je les appelle) comme quoi c'était la dernière fois et blabla... C'est une situation extrêmement pénible à vivre, pour lui comme pour moi, car il est très souvent démotivé, envie de rien faire, et mes tentatives pour l'aider se soldent par des échecs à répétition qui minent mon moral... et nous sommes maintenant dans un cercle vicieux dont je ne sais comment nous en sortir.

Merci de vos conseils!

---

### Mise en ligne le 27/02/2012

Bonjour,

Vous semblez dire que votre mari a la possibilité d'arrêter l'héroïne quelques jours, voire quelques semaines. Sa difficulté ne serait donc finalement pas tant d'arrêter que de ne pas reprendre.

Pour répondre à vos premières questions, il n'y a pas une manière unique d'arrêter cette drogue. Certains arrêtent brutalement et supportent le manque physique pendant quelques jours, d'autres le font progressivement, d'autres encore en passent par des produits de substitution pour justement éviter le manque. A ce sujet, aucune vitamine ne viendra compenser l'héroïne au niveau du manque physique.

Au delà de la dépendance physique et du syndrome de manque qu'elle produit à l'arrêt des consommations, une dépendance psychologique à l'héroïne peut s'installer. Cela a beaucoup à voir avec la personnalité du consommateur, les raisons pour lesquelles il consomme, ses fragilités personnelles, ses difficultés passées ou présentes... Sans aller en centre de soins spécialisés en toxicomanie puisqu'il n'y en a pas à proximité de votre lieu de résidence, ce sont des points que votre conjoint pourrait aborder en psychothérapie.

De la même manière et parce qu'il n'y a pas une façon unique d'aider un proche qui se drogue, nous vous encourageons à solliciter une aide extérieure notamment pour réfléchir à ce qui se passe dans votre couple autour de l'argent. Personne ne pourrait prévoir ce qui se passerait si vous arrêtiez de lui donner de l'argent ou si vous continuiez à le faire, mais il semble important, quel que soit votre choix, que vous soyez en accord avec vous même.

Dans le cas où vous reviendriez dans l'Hérault, puisque vous nous avez indiqué ce département, nous vous suggérons les coordonnées d'un centre de soins spécialisés qui pourrait vous venir en aide à l'un et l'autre.

Si vous aviez la possibilité de le faire et que vous le souhaitiez, vous pouvez également nous joindre par téléphone au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, 7/7, de 8h à 2h).

Cordialement.

---

**POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES :**

---

### CSAPA ARC-EN-CIEL

10 boulevard Victor Hugo  
34000 MONTPELLIER

Tél : 04 67 92 19 00

Site web : [www.amtarcenciel.fr](http://www.amtarcenciel.fr)

Accueil du public : Lundi, mercredi, vendredi : 9h à 12h30 et 14h à 18h, mardi : 13h30 à 19h et jeudi : 9h à 12h30 et 14h à 17h

**Consultat° jeunes consommateurs : Sans rendez-vous au 23 boulevard Pasteur Le Zinc : les mercredi, jeudi, vendredi de 13h30 à 18h et sur rendez-vous de 9h à 18h du lundi au vendredi (sauf mardi matin)**

[Voir la fiche détaillée](#)