

SYNTHÈSE #2

Par [Profil supprimé](#) Posté le 03/11/2010 à 19h55

[<script type="text/javascript" src="http://www.wikio.fr/sharethispopu..."></script></p>](http://www.wikio.fr/sharethis?url=&title=)

Bonjour à tous,

Nous remercions tous ceux qui ont participé jusqu'à présent à ce forum. Voici quelques faits saillants issus de vos échanges parus ces derniers mois.

{{Décryptage autour de l'arrêt du Subutex}}

Un échange très intéressant a eu lieu entre Lilou, The-Thistle et Titine au sujet de l'arrêt du Subutex. Cet échange mérite quelques éclaircissements.

Lilou demande tout d'abord des « conseils pour arrêter le Subutex » quelle prend en sniff depuis 6 ans. Le Subutex est un traitement de substitution à l'héroïne, qui empêche de tomber en manque alors qu'on ne prend plus de cette drogue.

The_Thistle puis Titine ont souligné chacune à leur manière que l'affaire est mal embarquée à cause de l'usage en sniff du Subutex.

The_Thistle notamment, rappelle à Lilou que c'est sous la langue que le Subutex agit le mieux et le plus longtemps.

The_Thistle a raison : le Subutex est conditionné pour être pris sous la langue, si possible en une seule prise par jour. C'est de cette manière qu'il est le mieux disponible dans le corps et qu'il agit pleinement. Le recours au sniff comme le fait Lilou impose, lui, de devoir prendre plus de Subutex pour obtenir le seuil de confort recherché et de devoir renouveler plusieurs fois par jour la prise de ce traitement. Le risque de se retrouver en manque est plus grand avec ce mode d'usage.

Mais Titine souligne également un autre aspect intéressant de la question : le geste de « sniffer » est par excellence un geste rattaché à l'usage de drogues. Un tel rituel, dit-elle, empêche Lilou de sortir « psychologiquement » de la consommation de drogues.

Effectivement, même si Lilou est sous traitement de substitution depuis 6 ans, les conditions dans lesquelles elle le prend maintiennent une proximité avec son usage de drogue antérieur. Nous pouvons supposer alors que l'arrêt du Subutex que souhaite Lilou est plus délicat à envisager à ce moment-ci de son parcours. Plus dangereux peut-être aussi. Non pas qu'il soit dangereux d'arrêter le Subutex en soi, même si cela provoque un état de manque qui peut être vraiment très dur à supporter, mais surtout parce que le risque de rechute de Lilou est probablement assez grand. Or, la période qui suit l'arrêt d'un traitement de substitution est l'un des moments où on retrouve le plus de tolérance à cette drogue. S'ils ne font pas attention et comptent tenu de leur expérience passée, ils risquent de reprendre des doses trop fortes pour eux.

Mais alors que peut faire Lilou ? Là aussi The_Thistle et Titine donnent des pistes intéressantes. The_Thistle suggère à Lilou d'essayer la méthadone, un autre traitement de substitution à l'héroïne, qui ne peut pas être sniffée. The_Thistle et Titine sont toutes les deux d'accord, aussi, pour que Lilou lève l'ambiguïté sur son usage. Pour The_Thistle il s'agit de commencer à en parler avec son médecin. Pour Titine elle pourrait en parler avec un « psy ». Dans les deux cas il s'agit bien de poser l'usage en sniff comme faisant partie du problème qu'a à résoudre Lilou. La résolution de ce problème passe par la capacité de Lilou à "en parler" avec ceux qui sont susceptibles de l'aider.

{{Quest-ce qui peut bien vous faire vouloir arrêter la drogue ?}}

Dans certaines de vos interventions vous faites allusion à ce qui peut vous amener à vouloir arrêter la drogue. Mais attention : ce que vous dites aussi c'est qu'il y a encore du chemin entre « vouloir arrêter » et le mettre effectivement en pratique et y arriver.

Crokinette, jeune maman, a deux petits enfants et « ne peut pas leur faire ça ». Elle prend de plus en plus de drogue et elle vit sa situation comme une descente aux enfers qu'il faut stopper. Elle perçoit qu'à un moment donné, si cela continue, elle ne pourra plus s'occuper d'eux. Ils sont sa raison de tenir, sa « priorité ». Elle a cependant beaucoup de mal à ne pas consommer.

MaxLalou a, lui, la gorge qui le brûle depuis qu'il a pris un ecstasy et alors qu'il fume quotidiennement cannabis et tabac. Cela fait 2 ans et demi que cela dure, sans que les médecins ne lui trouvent de solution. C'est insupportable, il faut qu'il arrête (mais n'y arrive pas jusqu'à présent).

Depuis sa rechute, Holden a bien conscience de faire vivre un enfer à sa compagne et à ses proches. Sa compagne prend beaucoup sur elle et il a le sentiment d'être devenu un « boulet ». Il voudrait s'en sortir « une bonne fois pour toute ».

Kyouran, lui, a bien conscience que sa dépendance au cannabis « ruine sa vie » : il ne vit plus que pour cela, tout son argent y passe, il ne part plus en vacances, il ne prend plus de congés (sinon il fume encore plus).

Désespérée, qui fait usage d'héroïne et de cocaïne, a conscience d'avoir fait beaucoup de mal autour de lui, d'avoir tout détruit. Mais ce qui semble encore plus l'interroger c'est la perspective de la mort : « si j'arrête pas je vais claquer ».

« Témoignage » (sujet intitulé « bonsoir »), consommatrice de cocaïne, a envie d'arrêter parce que le milieu qu'elle est amenée à fréquenter est « pourri ». Elle est aussi mère d'un jeune garçon dont elle doit s'occuper, croit-on comprendre.

Romain54, 6 ans de consommation de cannabis derrière lui, vient de se faire dépister positif à un test de dépistage routier. Visiblement cela agit sur lui comme un « coup de semonce ». Il a l'impression de « ne pas l'avoir vu arriver » et du coup il a envie d'arrêter.

Toutouffe nous apprend que fumer du cannabis n'est pas compatible avec son métier. Par ailleurs nous comprenons aussi qu'elle souffre de devoir « retourner tout l'appart juste pour retrouver un pétard ».

En résumé, ce que vous faites "subir" à votre entourage est souvent une bonne raison pour remettre en question votre consommation. C'est aussi lui qui peut vous motiver pour arrêter mais on reste ici dans le registre de l'obligation morale, qui vient de l'extérieur. Il nous

semble que vous êtes encore plus convaincus de devoir arrêter lorsque, à un niveau plus personnel, vous constatez que vous perdez le contrôle de la situation, que votre santé est en danger ou encore que vous vous retrouvez à faire des choses que vous n'avez décidément réellement pas envie de faire, voire qui vous portent préjudice.

{{Etre, par sa réponse, le correspondant de l'autre, peut avoir plus de profondeur qu'on ne l'imagine de prime à bord}}

En effet, ce qui nous frappe c'est que la réponse à un sujet semble souvent trouver sa motivation moins dans la « compétence » à répondre à telle ou telle demande, que dans la {correspondance} qui semble exister entre la situation de la personne qui répond et celle de la personne qui a posté le sujet.

Parfois ce phénomène se transforme même en effet de résonance. C'est le cas par exemple lorsque Bidouille, une maman, répond à Crokinette, qui a perdu sa mère alors qu'elle était enceinte. Crokinette, elle-même jeune maman, veut arrêter sa descente aux enfers pour ses enfants. Bidouille est une maman qui souffre de voir son enfant se détruire. La réponse de Crokinette à Bidouille ne s'est pas faite attendre : alors que c'est elle qui demandait de l'aide au départ, elle essaye aussi de se mettre à la place de Bidouille et de lui remonter le moral. L'autre personne qui a répondu à Crokinette pour essayer de lui redonner espoir est aussi une maman (« Mammie »), d'un fils alcoolique cette fois.

Un autre exemple est celui de Holden, qui reconnaît faire souffrir son entourage, en premier lieu sa compagne, depuis qu'il a rechuté avec l'héroïne. C'est « Désespérée », compagne d'un polytoxicomane aux multiples rechutes et toujours en lutte contre ce fléau qui lui répond, essaye de le motiver et, à son tour, lui raconte son histoire et essaye de lui demander conseil par rapport à son expérience.

Lorsque Kyouran, usager de cannabis, demande de l'aide et notamment les conseils de personnes rentrées en cure, c'est pourtant plutôt Fanny44, qui essaye de son côté d'aider son ami consommateur « à franchir le pas comme toi », qui lui répond.

Lorsque Elodie1717, compagne d'un héroïnoman, est au bout du rouleau, ne peut plus des promesses non tenues et des mensonges, c'est Pussy, ex héroïnoman aujourd'hui sous substitution qui lui fait part de son expérience et la conseille.

{{Ce constat nous pousse d'ailleurs à vous conseiller de donner des « éléments de vie », de contexte, lorsque vous écrivez quelque chose dans le forum et que vous voulez une réponse.}} En effet, les sujets qui n'ont pas obtenu de réponse sont plutôt ceux pour lesquels la personne est restée purement descriptive, ne donnant pas grand-chose d'elle-même et se contentant de demander conseil.

{{Peu de gens au courant}}

Ce qui ressort également à la lecture de vos messages c'est combien assez souvent ceux qui font usage de drogue disent que « personne n'est au courant » autour d'eux ou encore qu'ils ne peuvent pas en parler. Mais d'un autre côté il est tout aussi frappant de constater qu'un certain nombre de proches d'usagers souffrent tout autant d'une impuissance à aider l'autre. Ils le voient se « détruire » et se retrancher derrière un certain secret ou de nombreux mensonges. L'usage intensif de drogue crée une importante distorsion dans la communication et dans la relation entre la personne qui prend de la drogue et ses proches. Il n'est pas rare que cela isole, c'est frappant et tous en souffrent à l'heure de trouver des « solutions ».

Ainsi Leyma, 14 ans de consommation de cannabis à haute dose, peut-il dire que presque personne ne sait autour de lui et que personne ne peut rien faire pour lui. Mais comment le savoir, Leyma, si vous n'en parlez à personne ? Joconde vous le rappelle à très juste titre : se confier est un premier pas, accepter l'aide de vos proches est important.

Kyouran, 10 ans de cannabis et de tabac, aimerait arrêter, sait qu'il n'y arrivera jamais seul et en même temps qu'il ne peut pas parler de cela à sa famille. Il cherche donc à travers ce forum l'aide d'autres internautes pour l'aider dans sa recherche d'une « cure ». Fanny44 lui répond en lui conseillant d'en parler malgré tout à ses proches qui, comme elle, voudraient le soutenir dans sa démarche.

{{Et nous vous remercions encore}}

Nous remercions tous les internautes qui ont pu conseiller spontanément aux autres d'appeler Drogues Info Service parce que cela change les choses et qu'avec eux « on peut en parler » et trouver des adresses. Nous supposons que ce n'était pas juste pour nous flatter mais parce que parfois nous arrivons réellement à vous aider. Merci mille fois.

Nous vous remercions tous de vos contributions de qualité, d'accepter de vous ouvrir sur notre site, de supporter parfois nos retards dans la validation de vos contributions. Nous vous lisons avec plaisir, souvent avec un pincement en cur et, si nous avons plutôt pour règle de ne pas répondre dans le forum - ce n'est pas notre place mais la vôtre - nous sommes néanmoins de tout cur avec vous, attentifs.

Alors continuez

Merci.

Le modérateur.

1 RÉPONSE

Profil supprimé - 05/04/2012 à 16h13

bjr je suis dans le cas lilou et j'aimerais bien pouvoir lire leur conversation si possible merci
