

## MON MARI EST DÉPENDANT, COMMENT L'AIDER EN PROTÉGEANT MA FAMILLE ?

---

Par **Profil supprimé** Posté le 10/02/2015 à 11h22

Bonjour,

Mon mari est dépendant depuis plusieurs années, mais je n'en ai pris connaissance qu'il y a un peu plus d'un an.

Il est également dépressif depuis encore plus longtemps ...

Il buvait toujours en cachette, ne sentait pas l'alcool, et n'était mal "que" le week-end ... J'ai envisagé à un moment donné l'alcoolisme, mais il m'a juré que non, je n'ai rien trouvé, donc je l'ai cru. Je m'en suis toujours voulue de ne pas avoir compris plus tôt.

Jusqu'au jour, où devant ses symptômes neurologiques, un médecin a demandé une prise de sang poussée, qui l'a obligé à avouer sa dépendance. Sur le coup, j'étais presque "soulagée" de mettre un nom sur sa pathologie. Mais je ne savais pas ce qui nous attendait.

Il a réussi à rester sobre durant 6 mois, il était en pleine forme, presque comme avant. Et puis, petit à petit, la boisson a repris place dans sa vie, et dans la notre ...

Cela fait maintenant plus de 6 mois depuis la rechute, la consommation est présente un jour sur 2 environ. J'ai l'impression d'avoir une pochette surprise en guise de mari, soit c'est un jour avec, et on passe une journée normale, soit un jour sans, et c'est la cata. Ces soirs là, je ne peux m'empêcher de lui en vouloir, on se dispute, les enfants subissent cela aussi, 12 ans et 6 ans. Je n'arrive pas à simplement me dire, la soirée est fichue, on verra demain... Je suis révoltée, dégoûtée, à chaque fois, et je lui crie dessus. Les enfants pleurent, ma grande me dit que c'est "moins pire qu'avant, que ça ira demain" ...le petit lui ne comprend pas que je sois toujours en train de gronder son père.

Il est suivi médicalement, prend des antidépresseurs et du baclofène. Mais il a toujours été contre les médicaments, et les oublie de façon régulière je pense. Il me dit qu'il fait le maximum, moi j'ai l'impression que si il ne commence pas par prendre sérieusement son traitement, il ne fait pas le minimum ...

Je ne parviens pas à envisager une séparation, car je l'aime malgré tout, et je pense aux enfants. Mais d'un autre côté, à ce rythme là, j'ai peur un jour de ne plus avoir le choix, pour eux justement...

Je suis complètement perdue, tous vos conseils pour m'aider à l'aider sont les bienvenus, ainsi que pour "gérer" au mieux les crises, et éviter les conséquences sur les enfants.

Merci de m'avoir lue ...

Aude

### 1 RÉPONSE

---

**Profil supprimé** - 11/02/2015 à 12h31

Bonjour Aude

Nous sommes plusieurs dans le même cas (tu peux voir mon fil)

Moi aussi j'ai 2 enfants (4 et 7 ans), et j'envisage depuis quelques mois une séparation au cas où plus rien ne marcherait. Face à l'alcool, mes sentiments se sont étioilés de plus.

Ne lâche pas le morceau, il faut qu'il comprenne qu'il va te perdre s'il n'arrête pas, mais ça ne suffira peut-être pas. La démarche doit venir de lui pour être efficace.

Mais inutile de lui crier dessus lorsqu'il est alcoolisé, ça ne sert strictement à rien. Ignore le, au mieux. Et parle lui quand il est sobre.

Quant à toi, écoute ton cœur, protège toi et protège tes enfants. A leur âge, ils doivent déjà se rendre compte de beaucoup de chose...

Courage en tous cas, on traverse quasiment tous la même chose ici...

---