© Drogues Info Service - 20 juin 2025

Vos questions / nos réponses

Comment aider mon compagnon à arrêter l'héroïne ?

Par Profil supprimé Postée le 10/05/2015 23:26

Bonjour,
Je suis en couple avec mon copain depuis un peu plus d'un an maintenant... Après quelques mois de relation, il m'a avoué avoir déjà testé un bon nombre de drogue (avant de me rencontrer) : notamment l'héroine. Il en prenait avec un de ses amis, qui lui suit aujourdhui un traitement pour arreter (subutex) mais il continue également d'en prendre à côté. Nous avons déjà eu de nombreuses discussions avec mon copain car il m'a expliqué qu'il avait quand meme un peu de mal à arrêter et de temps en temps, il craque. Le problème, c'est que comme toute personne consommant cette drogue, je suppose, il me ment... Cela fait plusieurs fois que ça arrive, la seule chose que je lui "impose" c'est dès qu'il en a envie, de m'en parler, mais il n'y parvient pas "pour ne pas me faire de peine, ne pas me décevoir et me rendre triste car il ne le supporte pas". Parfois, il arrive a tenir des mois sans rechuter... Mais récemment il m'a avoué en avoir pris pendant toute une semaine (alors qu'il vient à peine de se trouver un petit boulot sympa qui lui plait...). Je doutais de lui depuis quelques jours parce que je sentais que quelque chose n'allait pas, qu'il me mentait et je reconnaissais certains "symptomes" ; (brulures d'estomac, le nez et la bouche très sèche, il ne mangeait presque plus, somnolait...) J'ai essayé de lui tendre une perche plusieurs fois pour qu'il m'explique si quelque chose n'allait pas, mais il ne l'a pas fait, ou plutot seulement après que la semaine soit finie et son petit manège terminé...
Malgré toutes les discussions que l'on a, j'essaye de l'aider, j'en ai discuté avec ses parents et lui aussi : il ne cesse de me dire qu'il veut arreter, qu'il y arrivera par lui meme et qu'il n'en peut plus de cette situation. Lui et son ami regrettent generalement juste après d'avoir pris quelque chose... De ce fait, meme s'il finit toujours par me l'avouer, je ne parviens plus à lui faire confiance mais je cherche à tout prix des solutions pour l'aider... Je sais qu'il m'aime réellement et je suis malheureuse de le voir dans cet état, de le voir me mentir alors que ce n'est pas du tout quelque chose qu'il fait quand il ne prend rien... Il m'a dit qu'il comptait ne plus voir ce meme ami avec qui il fait cela pendant quelques temps, mais j'ai bien peur que lorsqu'ils se retrouvent, ils se poussent à nouveau l'un et l'autre vers cette drogue... Pensez vous que je devrais lui suggerer d'en parler à son medecin traitant ou à des spécialistes pour trouver une solution ? Que puis-je faire d'autre pour l'aider ? Son père me dit qu'il devrait cesser de voir cet ami, pensez-vous que ce soit une bonne idée ? Meme si je ne peux ni choisir ni agir à la place de mon compagnon, j'ai désespérément besoin de réponse et d'être éclairée pour pouvoir l'aider et le soutenir...

Mise en ligne le 11/05/2015

Bonjour,

Aider quelqu'un qui consomme de la drogue n'est jamais simple. Nous comprenons la situation difficile dans laquelle vous vous trouvez. Votre ami consomme de l'héroine et vous ment. Il ne tient pas les engagements qu'il prend pour chercher à vous rassurer, et vous en souffrez.

Arrêter de prendre une drogue n'est pas facile. Votre conjoint passe par des périodes d'arrêt et de rechutes ce qui est souvent le cas lorsque que l'on consomme une drogue depuis longtemps.

Bien que la volonté soit importante dans le succès de l'arrêt et que l'on sente qu'il aimerait s'en sortir, elle ne suffit pas toujours pour réussir. Il s'agit d'une démarche individuelle qui peut prendre du temps à s'élaborer, et qui peut également "bénéficier" des leçons de certaines "rechutes". Vous ne pouvez que l'accompagner dans cette élaboration.

Cet accompagnement , s'il en est d'accord, pourra aussi être médical, voire psychologique. En effet mieux comprendre la place que prend l'héroïne dans sa vie peut également l'aider à s'en détacher.

Il serait par conséquent judicieux que votre ami se fasse aider dans une structure spécialisée en addictologie, un médecin traitant n'étant pas forcément le meilleur interlocuteur. En effet, il existe des CSAPA; Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention des Addictions dans lesquels il pourrait consulter des professionnels (médecin, psychologue..) gratuitement et de façon confidentielle. Cela lui permettrait de bénéficier de l'avis d'une équipe spécialisée sur sa situation actuelle et d'envisager la suite.

Vous nous demandez également si votre ami devrait cesser de voir son ami consommateur. Il nous est difficile de nous prononcer sur leurs liens et la place de l'héroïne dans leur relation. Si tous trois restent liés cela vaut la peine au moins d'en parler, à votre ami, comme au sien...

D'autre part il nous semble important que vous trouviez vous aussi des moyens de recul vis-à-vis de cette situation qui vous "prend" tous deux. Vous ne pouvez pas tout faire, ni à toutes les places. Nous vous invitons à ne pas vous oublier, à garder également des moments , des loisirs, des moyens de recul personnels, ce qui est d'ailleurs préférable pour ...tous les deux.

Dans ces CSAPA, il existe également des consultations au titre de l'entourage, et des professionnels peuvent vous apportez des conseils et du soutien. Nous vous encourageons à prendre rendez vous. Vous trouverez une adresse pour vous ainsi que pour votre conjoint en bas de page.

Vous pouvez également nous appeler sur notre ligne au 0800 23 13 13 (gratuit et anonyme depuis un poste fixe tous les jours entre 8h00 et 2h00 du matin), pour être ponctuellement soutenue, écoutée et conseillée ou si l'orientation ne convenait pas. Vous pouvez si vous préférez nous contacter par chat en vous connectant sur notre site.

Bien cordialement.

CSAPA, Centre de consultation Ephémère