© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Forums pour l'entourage

je crois qu'il a replonger....

Par Profil supprimé Posté le 17/03/2016 à 12h39

bonjour alors ok je suis nocive dans ce domaine mais pas stupide non plus je vois beaucoup de chose !!! voilà ça fait 1 an que je suis avec mon conjoint qui a pris de l'hero pendant des années et en est presque a la fin de son traitement de subtitution (suboxone) a deja replonger 2-3 fois juste pour une dose mais là je crois qu'il va completement replonger dedans.....
deja il a toujours sur lui une steribox avant il la cacher bien mais devient de plus en plus negligeant ou alors parce que je l'ai griller 2 fois avec et qu'il ma sortie des excuses bidon il ne fait plus trop attention je sais qu'il fait je sais pas quoi avec et son traitement..... de plus il a repris a fumer de la weed au debut c'etais un le soir et maintenant c'est regulierement limite c'est sa clope ça fait 15 jours qu'il me promet d'arreter et 15 jours que je le duit ouais ouais j'ai deja entendu ça mais tu ne fait rien.... bien sur le soir il dort parfois passe toute sa nuit sur le canapé et la journée c'est ou il va etre bien comme je l'ai toujours connu ou alors il peut etre tres blessant dans ses paroles aussi bien envers moi que vers les enfants et là ça fait 3 soirs qu'a peine coucher il transpire enormement de la tete et assis dans le lit le regard vague et hier soir il a pleurer !!!! mais quand je lui en parle le lendemain il ne s'en rappel pas ni meme que je lui ai parler ou pris dans mes bras
de plus il attend enfin on attend son jugement definitive d'une affaire qui commence a dater donc on est un peu sur les nerfs
je me doit de proteger les enfants de ça (a nous 2 on en a 4) mais j'ai un veritable amour pour lui je ne peut pas et ne veut pas le laisser je sais que quelque part il a besoins de moi et moi de lui (bien que vivre seule me fait pas peur je l'ai deja fait) bref je peut pas lui parler de mes doutes de mes craintes de ce que je sais car des que j'aborde ce sujet c'est petage de plomb ou alors il se renferme
mais moi je commence a perdre pied je sais pas ou me tourner vers qui parler quoi faire avec lui quoi dire pour qu'il comprenne bien que si j'ai tout quitter en connaissant les risques son passer ce n'est pas pour rien et qu'il peut me parler quand ça ne va pas aussi qu'il peut se confier a moi que je ne le juge pas

bon j'arrete là car je pourrai ecrire un roman j'ai un peu vider mon sac..... merci a ceux qui lirons et bon courage a tous car la drogue est la pire chose que je connaisse a se defaire surtout quand on vois une personne qu'on aime se detruire et qu'on ne peut rien faire car pour "sauver " une personne il faut d'abord qu'elle en exprime l'envie

2 réponses

Moderateur - 24/03/2016 à 10h30

Bonjour lespoir,

Vous savez déjà un certain nombre de choses utiles à un proche : on ne peut pas "sauver" une personne contre son gré, il est très difficile de se défaire de la drogue (donc demander d'arrêter n'est peut-être pas la

priorité), vous devez vous protéger et protéger vos enfants, vous êtes prêtes à l'aider.

Mais aussi vous êtes totalement perturbée par sa rechute, vous avez l'impression que vous ne pouvez pas en parler, soit que cela ne sert à rien, soit que cela crée des tensions entre vous, vous ne savez donc plus par quel bout prendre la question. En outre vous ne savez pas vers qui vous tourner pour trouver de l'aide. Pour cette dernière chose vous êtes au bon endroit Reprenons point par point.

La rechute est malheureusement monnaie courante chez les usagers de drogue. Cependant pour les professionnels elle est considérée aussi comme "normale" et riche d'enseignements dans le sens où elle fait partie d'un processus plus global, d'un parcours qui finira bien par aboutir à l'arrêt total de la drogue. Les questions à se poser à se stade et peut-être à lui poser c'est surtout "qu'est-ce qui t'a fait rechuter ?". En effet, ce n'est pas la dépendance qui explique la rechute, après tout il était sous suboxone donc en théorie pas ou peu en manque. Ce sont des facteurs déclencheurs qui ont contribué à le pousser vers une nouvelle phase de consommation : une personne qui lui en a proposé de nouveau ? un passage à vide dans sa vie avec du stress ? des problèmes sous-jacents qui refaisaient surface ? un manque de plaisir dans sa vie ? etc.
L'étape suivante est de comprendre comment il pourrait éviter que les mêmes circonstances se présentent ou, pour celles qui sont inévitables, comment il pourrait leur apporter la prochaine fois une autre réponse que la consommation de drogue.
Je vous invite donc à axer votre discours non sur ce qu'il devrait faire (arrêter) mais plutôt sur ce qui se passe : tu es en train de rechuter, cela arrive et ne dramatisons pas mais essayons de comprendre ce qui s'est passé et se passe pour toi actuellement. Je suis ta compagne et prête à t'accompagner si tu m'en donnes les moyens. A deux on est plus forts.
Quelque chose comme cela en tout cas. Si vous réussissez à être "accompagnante" cela favorisera qu'il ait envie d'arrêter de nouveau ou de reprendre sa substitution beaucoup plus vite, quitte d'ailleurs à réajuster son traitement si c'est cela qui posait problème.

Cependant cette rechute a des conséquences sur votre vie de couple : troubles de l'humeur de sa part, absences, conflits, etc. Sur ce plan vous devez essayer de connaître vos limites et ce que vous pouvez quand même lui demander tout en sachant que parfois cela ne sera pas fait et d'autres fois cela le sera. Une manière de s'adresser à lui est notamment de dire "je" ("je ressens cela", "j'ai besoin de cela") pour le convoquer sur le plan de votre relation à tous les deux plutôt que sur des reproches à lui faire sur ce qu'il fait ou ne fait pas. Exprimez vos émotions et découvrez les besoins qu'elles recouvrent pour lui dire ces besoins. Demandez-lui son aide pour satisfaire vos besoins non satisfaits. S'il est toujours présent dans la relation avec vous il essayera de satisfaire certains de vos besoins et pour ce faire modifiera déjà probablement un peu ce qu'il fait sans que vous ayez à le lui demander directement.
En dernier recours gardez toujours à l'esprit que même si vous l'aimez et voudriez l'aider vous devez faire passer en premier vos enfants et les siens et vous-même. Cela doit vous aider notamment à voir où sont les limites à ne pas dépasser.

Pour vous aider à y avoir plus clair, comprendre ce que vous pourriez faire et vider aussi votre sac, je vous recommande de prendre rendez-vous avec un Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (Csapa). Les professionnels de ces centres vous recevront gratuitement et sans jugement, y compris s'ils ne connaissent pas votre compagnon. Pour trouver le Csapa le plus proche de chez vous vous pouvez utiliser notre rubrique "Adresses utiles" : http://www.drogues-info-service.fr/Adresses-utiles

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 03/04/2016 à 12h24

bonjour effectivement il y'a eu rechute au debut de son traitement car il me l'avais dit sauf que là je sais que ce n'est pas avec de l'hero qu'il fait ses injections mais son traitement de subtitution.... je le sais car le weekend dernier on est partis que tout les 2 et a un moment ou j'etais seule j'ai pas pu resister j'ai fouiller et a part la steribox et ses medocs c'est tout ce que j'ai trouver donc il s'injecte ça !!!!! de plus il a encore fait une erreur, un oubli de sa stericup poser sur le lavabo dans les wc.... je lui ai rendu en lui disant tiens tu a oublier ceci dans les wc j'ai eu droit a un regard noir ensuite gener mais rien pas de mots pourtant je lui ai demander a tu quelques chose a me dire mais rien..... bien sur apres il etait tout gentil mielleux car il sais que je sais mais ne veut pas et n'arrive pas a en parler je lui tend des perches mais rien..... alors j'attend car l'element declencheur je le connais et parler a un psy ou aller dans un groupe de paroles il ne veut pas en entendre parler

je ne peut pas aller dans un centre vers chez moi car il n'y en a qu'un et ensuite le plus proche et a une centaine de kilometres et le probleme c'est que tout le monde connais tout le monde donc tot ou tard il sera et comme d'hab se fera des film avant que j'ai eu le temps de dire quoi que ce sois il a un tres gros probleme de confiance en lui et pour cela j'essaie de ne pas faire trop de reproche mais pas forcement facile quand il y'a de la colere j'essaie de le valoriser
bref je fait de mon mieux mais j'ai ses temps çi j'ai plus l'impression d'etre sa punching ball..... d'autant plus qu'il a eu sa peine suite a ses erreurs passer a cause de la drogue et il a un bracelet electronique pour un an bref en ce moment ce n'est pas la joie j'avoue que je suis un peu paumé car je ne peut l'abandonner et ne veut pas surtout en ce moment avec ses conditions mais le bien etre des enfants doit passer avant tout je le sais que trop bien

enfin je garde l'espoir que tout s'arrange pour le mieux rapidement et je sais qu'une fois que je ne supporterais plus cette situation et malgré tout l'amour que je lui porte je serais obliger de partir car vivre ainsi ce n'est pas supportable toute une vie il faut savoir prendre des choix meme si ils font mal..... l'important et de toujours suivre sa voix interieur car pour moi c'est elle qui me guide

merci pour votre reponse moderateur je pense la relire souvent !!