© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

hero....Comment s en sortir en couple

Par Profil supprimé Posté le 16/04/2016 à 23h18

Bonjour, j ai lu quelques témoignages sur le site et je voudrais apporter le mien de façon à recevoir les meilleurs conseils possible. ...j ai 37 ans et j ai toujours éloigné cette drogue de moi .....et un jour ça a dérapé. ...j ai rencontré mon chéri il y a presque 3 ans ...il etait sous traitement après avoir consommé pendant 12 ans ....je suis très vite tombée enceinte et il a réussi à stopper son traitement. ...j étais tellement heureuse. ...ma vie avait connue beaucoup de bas et la on formé une super famille recomposé avec un nouveau départ .on aime tous les 2 les teuf concert et autre ....mais on aime surtout se déchirer un peu la tête de temps en temps....on a augmenté les soirées coc et au bout d un moment manque d argent et surtout manque de marchandise ....pas bien ....envie de continuer et la seule chose à fumer autour de nous ...de l héroïne. ..on m à tellement dit que ça permettait d oublier tous ses problèmes. ...et en plein baby blues j ai craqué. ...une fois ...2 fois ...3 fois....et trop tard.....plus de marche arrière ....depuis 1 an c est ça notre vie ....chercher stresser trouver consommer.....flipper bader pleurer mais toujours recommencer ....Les problèmes financiers sont de plus en plus difficiles à gérer ....et des qu on se motive à arrêté il y en a toujours un pour motiver l autre à aller en chercher une dernière fois .....la dernière c est tous les jours .....notre couple n existe plus ....c notre seul lien...alors qu on a tout pour être heureux. ...Nos enfants nos animaux notre camping car .....la maison ou on vit avec son grand jardin. ...le boulot à côté. ....mais on va tout perdre si tout ça ne s arrête pas .....tout le monde dit qu en couple c trop dur d arrêter .....et la ville où on vit et une ville où circule bcp d hero. ...quand on part de la on arrive à ne prendre que des cachets mais des qu on revient c reparti dans cet enfer .....je sais plus quoi faire.....je me demande chaque jour si on doit se séparer pour s en sortir ....si on doit partir loin d ici pour toujours ...mais lui a une fille dans le coin donc c chaud....je suis perdu au bout du rouleau et pour couronner le tout la société ou je bossais depuis 10 ans vient de déposer le bilan. .....je lance un SOS .....tous vos conseils et vos expériences peuvent m aider .....

1 réponse

Moderateur - 27/04/2016 à 13h10

Bonjour Sosso,

Arrêter "en couple", si les deux sont sur la même longueur d'onde, cela peut aussi parfois être une force, l'un surveillant l'autre et le rappelant à l'ordre si nécessaire. Mais il faut se faire confiance mutuellement, réussir à dialoguer et surtout avoir la même envie d'arrêter en même temps. En outre, dans votre cas, très clairement l'arrêt va signifier de renoncer à certaines habitudes que vous avez en commun (les teufs, concerts et autres...) et probablement de couper les ponts avec certaines connaissances. Il faudra alors trouver d'autres occupations communes, qui ne vous incitent pas à consommer.

Que cela soit en couple ou seule vous pouvez arrêter. Vous ne l'évoquez pas dans votre message mais, en tout

cas pour palier à l'arrêt de l'héroïne, vous avez les traitements de substitution. C'est une autre manière de faire : vous ne vous sevrez pas mais vous n'avez plus besoin d'aller acheter de l'héroïne et de vous ruiner ainsi. Vos finances pourraient s'en retrouver améliorées et vous arrêteriez cette drogue.

Quelle que soit la solution qui vous tente je vous recommande de vous faire aider. Prenez contact avec un Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (Csapa) qui vous recevra gratuitement. Composé d'une équipe pluridisciplinaire, le Csapa peut répondre à plusieurs de vos besoins : sevrage ou substitution, soins, soutien psy et aide sociale si nécessaire. Parfois des groupes de paroles et d'autres formes d'aide existent aussi dans ces services qui fonctionnent sur rendez-vous.

L'important dans tout cela c'est ce que vous voulez vous : voulez-vous arrêter ? diminuer certaines consommations ? renforcer vos liens avec votre conjoint ? Tout cela pourra être discuté en Csapa et, quels que soient les aléas que vous allez rencontrer, en ne perdant pas de vue ce que vous voulez vous finirez par y arriver.

Pour trouver le Csapa le plus proche de chez vous utilisez notre rubrique "Adresses utiles" :
http://www.drogues-info-service.fr/Adresses-utiles

Notre ligne d'écoute reste aussi à votre disposition si vous souhaitez "en parler" en toute confidentialité.

Cordialement,

le modérateur.