© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Forums pour l'entourage

Mon amie est Addict a l'Ice

Par Profil supprimé Posté le 18/08/2016 à 04h23

Bonjour,
Je vis depuis un certain temps en Australie ou la consommation de drogue est presque normale. On vous propose de la Cocaine partout, en soiree les gens sont tous sous ectasy etc.

Je ne me suis jamais droguee donc celà m'est totalement étranger. Je suis meme souvent mal à l'aise en soiree car je ne suis pas sur la même longueur d'onde.

Bref, je vis ici avec une ancienne héroïnomane sous Subutex (8g par jour), mais elle reste dépendante à l'ice. Parfois elle passe une semaine sans, mais devient de plus en plus sombre et replonge (jusqu'à 4prise par jours).
Je la deteste sous drogue, elle est moins drole, moins fun. Alors que c'est une personne solaire et extraordinaire lorsqu'elle est clean. Etant droguee depuis 10ans, elle a fait pas mal de séjours en réhab et donc je n'ai jamais eu à me positionner en tant que sauveuse.

Je refuse d'être prèsente lors de ses prises et des achats de doses. Mais elle es claire à chaque fois qu'elle fume, est honnête avec moi et ne joue pas.

Le probleme est qu'aujourd'hui je suis investie dans cette relation et que la voir se détruire me fait du mal. On a évoqué un nouveau séjour en réhab mais c'est compliqué avec son travail, je vois nos économies stagner car toute sa paie passe en doses... Je ne sais plus quoi faire. Jen souffre, elle en souffre mais rien ne bouge.

Que puis je faire ou dois je faire pour l'aider?

1 réponse

Profil supprimé - 20/08/2016 à 15h28

Bonjour Ciara,
je n'écris jamais rien sur les forums mais je suis très touchée par ton message.

Tu ne donnes pas ton âge, mais tu me donnes l'impression d'être jeune
Pour te donner un petit tableau, j'ai 42 ans, je suis mère de deux enfants, et médecin. J'ai fait des études, j'ai grandi dans une gentille famille ou tout le monde allait bien, et personne ne m'a jamais tapé dessus. J'ai évidemment rencontré des difficultés dans la vie - comme on en rencontre tous. Je me suis "découverte" dépendante il y a 5 ans de cela et ce fut évidemment un grand choc. J'ai perdu deux ans de ma vie dans cette bagarre.

Du coup je pense avoir le droit de dire que je connais un peu la dépendance, et la manière dont elle peut manger ta vie.
On ne sait pas encore très bien "pourquoi" certaines personnes deviennent dépendantes et pas les autres. Nombreuses sont les personnes qui "testent" une fois ou l'autre dans leur vie une substance. Une grande partie de ces gens vont dire "bof" ou "berk", mais une petite partie va complètement crocher. Pourquoi? pArce que ce sont des faibles et des pauvres taches sans volonté ? je ne crois pas.

La recherche n'est pas encore très complète dans ce domaine, mais on sait maintenant que la dépendance est directement corrélée à des "dysfonctionnements" de certaines zones cérébrales, il y a également certainement aussi des facteurs génétiques.
Pour ma part, je vois cela comme une "chose" dans mon cerveau qui se réveille de temps en temps et envahit toutes mes pensées, comme un film qui passe en boucle et que je n'arrive pas à chasser.

Je vais te dire une triste vérité : tu ne peux rien pour ton amie. Et surtout pas la sauver. C'est un combat entre elle et elle-même. Si elle veut prendre de la drogue, elle le fera, et tout ton amour et tout ton soutien ne pourront rien faire pour l'en empêcher. C'est à elle de décider si elle veut entrer dans la bagarre, en sachant que c'est difficile, qu'on souffre, que c'est avec nous pour toute la vie. Un peu comme si ton amie était épileptique ou diabétique.

Tu sembles avoir envie de recevoir des conseils, et c'est très humblement que je te donne donc les miens. Voilà ce que tu peux faire : tu peux dire à ton amie que tu l'aimes et que tu veux vivre avec elle; tu peux également décider si tu as envie d'être le témoin / infirmière / soutien psychologique d'une personne dont le quotidien est fait de montagnes russes. Mon conseil est : ne te perds pas toi-même dans ce rôle qu'on prend plus vite qu'on ne le croit. Tu peux également lui demander de se décider : veut-elle aller mieux? arrêter? oui? non? la réponse sera peut-être non.

Par ailleurs, les traitements sont décevants; il n'existe pas de vrai médicament qui "coupe" la dépendance et le craving. On peut abrutir un peu les gens, mais pas grand-chose de plus.

J'ai trouvé une certaine aide dans les groupes de parole type Narcotics Anonymous; on peut y vider son sac et se lamenter auprès de personnes qui pigent ce que ça veut dire. Il y a aussi, à ma connaissance, des groupes pour les proches de personnes dépendantes, et je suis presque certaine que ce système est très bien développé en Australie car il est d'origine anglo-saxonne.

Voilà Ciara, je crains de t'avoir donné plus de questions que de réponses, mais c'est ma petite contribution. Je te souhaite du fond du coeur bonne chance et bon courage.

Ardonel