

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

# AIDER UN PROCHE À SE SOIGNER

---

Par **Profil supprimé** Posté le 11/10/2017 à 21h25

Bonjour,

Je cherche de l'aide pour aider mon frère de 25 ans qui est alcoolique et qui commence à avoir des soucis de santé mais ne veut pas se soigner.

Il a eu il y a peu une sorte de crise d'épilepsie, il a tendance à uriner un peu n'importe où et des fois qu'il en ressent le besoin car il a du mal à se retenir.

Du coup il a du mal à discuter il se braque, il se sent agressé.

Quelqu'un pourrait-il m'aider afin de savoir comment aborder le sujet et le convaincre d'aller voir un médecin?

Merci d'avance de votre aide

## 2 RÉPONSES

---

**Profil supprimé** - 13/10/2017 à 10h54

Bonjour... ça me rappelle de mauvais souvenirs de mon propre état de ma période alcoolique ormais le fait qu'en plus j'étais violent... Pour sortir de mon alcoolisme, il m'a fallu descendre au fond de la ma propre déchéance extrême. Cela m'a amené en prison deux fois de suite... une première période de 8 mois pour conduite sans permis en récidive puis 3 mois plus tard pour 17 mois pour très grand excès de vitesse (298 km/h en moto), délit de fuite, résistance à agent, refus de souffler dans l'alcootest...

Je me suis retrouvé dans une grande maison d'arrêt et là, j'ai pris conscience de tout...

J'ai qu'une chose à te conseiller... il n'est le seul à pouvoir s'aider à prendre la décision d'arrêter l'alcool et toi, en tant que conjoint, subir.

La première aide est sans aucun doute l'isolement...

Être seul permet de se recentrer sur la réalité de l'arrêt de l'alcool en remettant en équation les pour et contre son alcoolisation... je te rassure les pour sont très peu nombreux...

Mais tout ça commencera que lorsque la décision lui-même et pour qu'il l'a prenne il faut qu'il aille au fond du gouffre de son alcoolisme. La seule aide vraiment efficace est de prendre le large après lui avoir rempli le bar, la cave, et tout cela sans le prévenir de tes intentions. Voilà... il faut bien commencer par quelque chose par mon expérience personnelle et pour info ça fait plus de 140 mois que je n'ai plus bu un verre et suis sûr que ma descente absolue ayant provoqué mon incarcération était MA façon d'arrêter l'alcool. Ne pouvant le faire seul, j'ai trouvé cette solution qui m'a convenu, malgré avoir mis en péril ma vie personnelle et professionnelle

---

**Moderateur** - 30/10/2017 à 10h59

Bonjour Aurora,

Ce qu'il faut peut-être retenir du message de Morteus, qui a mal lu puisque vous êtes sa sœur et non sa compagne, c'est que l'on peut se sortir de l'alcool et que c'est une décision personnelle. Cette décision personnelle ne peut se prendre que dans une confrontation avec soi-même. C'est un choix que l'on fait et ce choix n'est possible que si l'on se sent libre de le faire.

En revanche il n'est pas indispensable de "toucher le fond" pour avoir le déclic et s'en sortir. Il n'est pas nécessaire de s'isoler non plus. Certaines attitudes des proches peuvent aider et favoriser le changement.

Je vous encourage, pour mieux comprendre comment essayer de vous y prendre avec lui et contourner ses résistances, de prendre contact avec un Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA). Un professionnel des addictions pourra vous recevoir gratuitement et faire le point avec vous sur ce qui se passe pour votre frère. Vous pourrez discuter des manières à votre disposition pour aborder le sujet afin d'essayer d'amorcer une prise de conscience et un changement chez lui.

Vous trouverez les coordonnées du CSAPA le plus proche en utilisant notre rubrique "Adresses utiles" (<http://www.alcool-info-service.fr/Adresses-utiles>) ou en appelant notre ligne d'écoute.

Je vous conseille par ailleurs aussi de lire le fil de discussion "Aider mon conjoint à prendre conscience de son alcoolisme" qui montre le positionnement d'un proche qui semble fonctionner.

Cordialement,

le modérateur.

---