

DEPRESSION ET ALCOOL

Par [Profil supprimé](#) Posté le 12/11/2017 à 09h43

Bonjour

Je prends enfin le courage d'écrire mon histoire qui ressemble énormément aux vôtres.

Cela fait 17 ans que je suis avec mon conjoint. J'ai 36 ans et je suis maman de 2 enfants 12 et 9 ans.

Mon conjoint a toujours bu lors des repas de famille mais jamais à outrance. Depuis la mort de son père, il est tombé dans une dépression et c'est réfugié dans l'alcool.

Je ne sais plus comment l'aider. Ca me détruit la santé.

Jeudi soir il avait encore trop bu (je précise qu'il le fait en cachette dans le garage), il est tombé par terre (ce n'est pas la première fois) et j'ai bien cru qu'il s'était fracassé le crâne. Il a réussi à monter dans notre chambre en retombant 1 fois au bord du lit).

Moi je suis restée toute seule à ne plus pouvoir respirer. Crise d'angoisse. J'ai fouillé dans ce "putain" de garage. J'ai trouvé une bouteille vide de risevalte dans sa voiture. Il boit du risevalte. Je pleure toutes les larmes de mon corps. Il se met minable avec du vin et là du risevalte.

Je suis désemparée je ne sais plus comment faire.

Il a RDV avec la maison des addictions fin novembre mais honnêtement je pense qu'il n'y arrivera pas sans hospitalisation. Je ne vais pas pouvoir endurer ça encore des semaines. JE suis à bout. Les enfants ne sont pas dupes non plus.

J'ai trouvé une écoute auprès d'une collègue qui me disait d'appeler les pompiers la prochaine fois. JE ne peux pas faire ça. Un sentiment de honte pour lui comme pour moi me ferait aller encore plus mal.

Je l'aime et c'est d'ailleurs ce qui me fait rester. Je l'aime mais jusqu'à un certain point. Mes enfants sont ma vie et si mes enfants sont tristes je prendrai la meilleure décision pour eux.

Je l'aime à en crever et je n'arrive pas à l'aider. JE vide, je cache les bouteilles, je le suis partout afin de le surveiller mais rien y fait. Depuis ce fameux jeudi il n'y a plus aucune conversation. J'attends des excuses, des explications... Je sais que ce n'est pas l'aider mais je souffre autant que lui.

Aidez-moi. Que faire ?

Merci.

3 RÉPONSES

MorganeM - 13/11/2017 à 21h19

Bonjour

Mon histoire ressemble à la votre... Mon mari a perdu quelqu'un de très proche l'année dernière et ça a été le début du cauchemar il a commencé à boire doucement et puis ça s'est beaucoup empire surtout depuis 1 mois...

Il ne travaille plus depuis 5 mois, ce saoule toute la journée et surtout la nuit (quand il est tranquille, nous en sommes à plus d'une bouteille de whisky par jour...) n'arrive plus rien à gérer ni même à jouer avec ses enfants de 3 ans et 1 an et demi...

J'ai énormément parlé avec lui (gentillette, méchamment...) rien ne change mais il me dit qu'il veut de l'aide...

Malgré les mensonges, les bouteilles d'alcool cachées, la méchanceté, le dialogue est très important pour faire prendre conscience de la gravité de la situation...

Je l'ai également emmené voir un médecin pour discuter, il lui a proposé le sevrage à domicile avec l'aide de médicaments mais il refuse catégoriquement, il veut être encadré...

Il faut surtout que vous preniez soin de vous, prenez du temps pour vous, arrêtez de ne penser qu'à ça même si je sais que c'est très dur et que ça nous hante jours et nuits... Lui seul peut s'aider...

Personnellement j'ai pris la décision de partir non pas pour le quitter car je l'aime du plus profond de mon cœur mais pour trouver la force nécessaire quand il aura vraiment besoin de moi lorsqu'il décidera d'arrêter. Je surveille tout de même de loin qu'il soit entouré et lui cherche une place en cure...

Prenez vraiment soin de vous et de vos enfants.

Bonne soirée

Profil supprimé - 15/11/2017 à 11h38

Bonjour

Merci pour votre soutien. C est bien triste de voir autant de famille dévastées par l alcool.

Le week end a été tendu. Lui a bu et moi je ne parlais pas et je suis partie la journée entière avec nos enfants mais fuir n est pas la bonne solution bien au contraire...

Donc J ai eu une discussion dimanche avec mon conjoint. Sans cri sans reproche avec des larmes en revanche... Ça ne pouvait plus durer. On ne se parlait plus.

Je lui ai dit ce que je ressentais et comme je l ai lu sur ce forum je lui ai dit que j aimais l homme qu' il était mais qu' il changeait lorsqu' il était alcoolisé. Méchanceté verbale nerveux agressif. Il n avait pas conscience de ce que je vivais au quotidien.

Depuis dimanche il a maîtrisé sa conso. Bon hier il a bu un peu plus que les fois précédentes.

Il boit uniquement le soir. En journée au boulot il ne boit pas. C est déjà un point positif.

Il attend son rdv du 28 nov à la maison des addictions. Et moi aussi car franchement je n ai pas beaucoup de soutien de la part de son médecin traitant.

Merci pour l aide que vous pourrez m apporter.

Profil supprimé - 24/11/2017 à 23h00

bonsoir ,

En lisant ton témoignage ,je me suis dit qu'elle chance ,il a conscience du problème et il veut s'en sortir !

Moi ,c'est pas le cas ,il boit j'ai essayé de quantifier 10 litres de vin et une bouteille de whisky par semaine..il est pas saoul mais devient agressif et violent.

j'ai essayé de lui dire qu'il buvait trop ,je suis folle !

je voudrai qu'il consulte notre médecin de famille ,non il n'est pas malade !

Mes garçons ont honte de leur père (ils ont 19 et 15 ans)

Nous n'avons plus de vie de couple ,il est capable de partir boire l'apéro chez son pote et même pas penser à me dire qu'il s'absente . on a plus rien à partager ,ne veut rien faire avec moi.j'ai l'impression de vivre avec un inconnu alors que nous avons 25 ans de vie commune .

on m'a conseillé de voir un thérapeute pour les problèmes familiaux ...comment je le traîne jusque là ?(pour lui tout va bien !).

J'ai cherché des solutions ,j'en ai pas ...la fuite me semble une solution pour moi.

Ou alors son pote meurt (il a 70 ans et 120 kg avec un penchant pour le whisky!) ou il se fait attraper par les gendarmes pour alcoolémie et là il ne pourra plus dire qu'il ne boit pas !

en attendant je subis ...pour l'instant il ne m'a jamais frappé mais bon quand je vois qu'il est capable de retourner une grosse table de cuisine car il est en colère et que tout valse ,le repas ,les bouteilles et qu'il quitte la pièce et quand il revient me dit que c'est ma faute ...

Il cherche toujours à me rabaisser ,il voit toujours ce que j'ai pas fait mais jamais tout ce que j'ai fait à côté de ça !

il me pourri la vie j'en peux plus ...si vous avez des idées ,je vous écoute .

merci de m'avoir lu

écrire me fait du bien .

ixia
