© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Multidépendance d'un adulte de 36 ans

Par Profil supprimé Postée le 01/11/2018 11:18

> Bonjour,
> Mon frère (35 ans) est en grave dépression depuis plusieurs mois. Il est suivi par plusieurs spécialistes (psychiatre et psychanalyste).
> Il a développé une très forte addiction au cannabis, à l'alcool et aux médicaments.
> Suite à un burn out (lié à son état dépressif) il a quitté son travail et s'est installé dans une routine complètement déconnectée de toute vie sociale (endormissement vers 4-5h du mat après la prise de plusieurs médicaments et de nombreux joints), réveil autour de 16h...
> Y a-t-il quelque chose que nous puissions faire ? Comment être sure que ses docteurs sont au courant de cette multi addiction ?
> J'ai l'impression que la drogue ne l'aide pas à sortir de sa dépression mais d'un autre côté, ces substances semblent l'aider à moins ressentir les effets de cet état (moins de pensées morbides ou suicidaires, moins de crise d'angoisse). Le sevrage ne risque-t-il pas d'accentuer certains symptômes ?
> Je suis partagée entre l'envie de l'aider, la peur de le fâcher et de le détacher de moi, la nécessité de respecter sa personne et son intimité tout en préservant sa vie...
> Je vous remercie d'avance pour toutes vos réponses.

Mise en ligne le 05/11/2018

Bonjour,

Votre frère est en dépression depuis quelques mois et semble avoir développé plusieurs dépendances. Malgré un suivi psychologique, la situation ne paraît pas évoluer pas de façon positive. Vous souhaiteriez avoir des conseils pour vous positionner et l'aider au mieux.

Les consommations de votre frère semblent effectivement venir en écho à ses troubles émotionnels. L'alcool, le cannabis et les médicaments ont des propriétés apaisantes qui soulagent, sur le moment, une souffrance. Comme vous l'avez compris, ses produits ne sont certes pas des solutions, mais l'aident à "tenir le coup" pour le moment.

Le fait qu'il soit suivi est à valoriser. Même si vous n'en percevez pas encore les bienfaits, cela lui permet d'avoir un espace d'écoute, de parole, de soutien.

Les consultations étant confidentielles, vous n'avez pas la possibilité de savoir si votre frère à évoqué avec eux la question des addictions. Lui faire confiance et faire confiance aux professionnels qui le suivent semble la meilleure option.

Vous nous questionnez également au niveau du sevrage. Vu ses consommations, une aide complémentaire réalisée par des professionnels spécialisés (médecins, travailleurs sociaux..) pourrait s'avérer positive. Si votre frère le souhaite, cela lui permettra de faire avec eux le point sur sa situation et d'envisager à court ou moyen terme un sevrage en fonction de son état psychologique. Car en effet, comme vous le supposez, un arrêt des consommations trop précipité, pourrait aggraver certains de ses symptômes.

Vous trouverez ces professionnels spécialisés en addictologie dans des CSAPA (Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Ces structures reçoivent sur consultation de façon gratuite et confidentielle. Vous trouverez les coordonnées de ces centres sur notre site internet www.drogues-info-service.fr, via la rubrique « adresses utiles ».

Nous sommes attentifs aux questions que vous vous posez quant à votre positionnement. Sachez qu'il n'existe pas « une » façon de faire, de bien-faire. Prenez du recul, écoutez vos ressentis. Ses agissements ne dépendent pas de ce que vous allez dire ou faire, mais bien de lui.

Si la situation devenait trop difficile à supporter pour vous, les CSAPA ont parfois la possibilité de recevoir l'entourage de façon ponctuelle. N'hésitez pas à les contacter si besoin.

Enfin, pour toutes autres questions ou pour du soutien, nos écoutants sont disponibles soit par téléphone au 0800231313, tous les jours de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit, soit par Chat via notre site internet, tous les jours de 14h à minuit.

Bien à vous

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service