ALCOOL-INFO

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

BESOIN DE COMPRENDRE ET D'ÉCHANGER

Par Profil supprimé Posté le 04/03/2019 à 23h12

Bonjour à toutes et tous,

J'écris ce soir car j'ai besoin de mieux comprendre cette maladie dont souffre mon conjoint. Nous sommes ensemble depuis 7 ans et nous avons une petite fille d'un an.

Il a toujours plus ou moins bu mais depuis 3/4 ans c'est quotidien et seul qu'il boit. Il est conscient de son addiction et à entamé les démarches de soins. Il a passé 1 semaine en clinique en hospi de jour durant lesquels il ne buvait quune seule bière.
Mais depuis qu'il en est sorti c'est la cata: ça fait 2 semaines qu'il est bourré quasi tous les soirs, il passe ses soirées et nuits à boire tout seul en écoutant de la musique. Il me dit qu'il a besoin de s'isoler ..... et que le seul moyen qu'il ait de s'en sortir c'est de passer en hospitalisation complete.

Je suis consciente de la difficulté à s'en rendre compte et à réaliser les démarches. .... seulement ça dure depuis trop longtemps et je m'épuise, je suis à bout. J'en ai mare de passer mon temps toute seule, à gérer notre fille toute seule.
Il est en arrêt depuis quasi 1 an à cause de sa dépression et j'ai beaucoup de mal à garder mon sang froid. Je suis tellement en colère contre sa maladie! Contre l'état ds lequel il se met..... il est , malgré lui je le sais bien, en train de me pousser vers la dépression, je suis à fleur de peaux, envie de pleurer constamment.
Je perds 1 kg par semaine tellement je suis ds le mal. Je tiens pour notre fille et pour lui parce que je l'aime mais je ne suis pas sûre de tenir bien longtemps. .....

Je ne sais plus comment réagir car j'avoue ne pas comprendre cette maladie...
J'ai besoin de votre aide!

5 RÉPONSES

Xj4p4n - 05/03/2019 à 15h11

C'est malheureux à dire mais à lui de s'en sortir tout seul.

Toi va te faire aider par un psy car les proches d'alcoolo dépendant ont le droits et des accès à des soins gratuitement dans les CSAPA, ne te laisse pas embarqué dans sa maladie.

Plus tu iras mieux plus il s'en sortira... tu as un enfant, tu as la vie devant toi à lui de s'en sortir, il a d'autre moyen que l'hospitalisation à lui de trouver les clés pour.

Te concernant protège toi sauve toi toi même peut être que ca lui donneras le courage de se sauver lui aussi.

Profil supprimé - 05/03/2019 à 15h50

Merci beaucoup pour votre réponse.

J'avoue que c'est difficile de trouver l'énergie pour m'occuper de moi, entre le boulot, ma fille et mon conjoint.....

De plus on habite loin de nos familles et de nos amis et c'est difficile de leur en parler car mon conjoint est honteux et refuse que nos proches le sachent même si ils doivent bien s'en rendre compte lors de nos visites.....

Xj4p4n - 05/03/2019 à 16h03

Tu sais ils sont très honteux de leur maladie, mais s'il est honteux c'st déjà bien car cela veut dire que quelque part il en a conscience.

Je sais à quel point il est difficile de s'aider soit même mais quand j'ai commencer à sombre dans la dépression moi qui suis d'un naturelle Joviale et optimiste, j'ai prix peur.

Peur de ce qui m'arrivait, du coup le CSAPA m'a bcp aidé, et c'est gratuit car souvent on ose pas car on as pas les moyens de se faire accompagné.

mais quelle délivrance de pouvoir parler à quelqu'un de spécialiste en addiction, tu n'imagines pas comment j'ai retrouvé le sourire depuis, car on culpabilise toute, et au final au fil des séances tu vois que non ce n'est pas de TA faute, mais ce qu'est bel et bien une

maladie.

protège toi, essaye de voir si tu n'as pas un CSAPA vers chez toi.

Mais tu sais les proches sont souvent ceux qui font le plus l'autruche, de mon coté que cela soit ses parents ou ses amis la réponse est toujours la même, c'ets un grand garçon, il fait ce qu'il veut... sauf qu'au quotidien c'est toi et moi qui vivons avec eux, avec ce lourd fardeau qui est celui de la conjointe de l'alcoolique...

Profil supprimé - 05/03/2019 à 22h19

Je vais me renseigner et essayer de prendre rdv.....

J'ai également honte de lui lorsque nous sortons, ce qui ce fait de plus en plus rare. Du fait de l'alcool, il a un comportement qui n'est absolument pas adapté, il est à côté de la plaque et j'ai bcp de mal à assumer en public. ..... et ce sentiment me fait culpabiliser. .....
J'ai réussi à en parler à la nounou de ma fille (un peu obligée car il fallait changer les horaires car je refuse que mon conjoint conduise avec notre fille) et son soutien , de savoir que sa porte nous reste ouverte ma fait bcp de bien. Depuis je n'ai pas re pleure. .... donc effectivement le fait d'en parler soulage, je vais tenter le coup avec un pro... et puis je n'ai rien à perdre...

Merci bcp pour le temps que tu maccordes! Ça me touche bcp et ça me fait bien de savoir que je ne suis pas seule

---

Xj4p4n - 06/03/2019 à 09h57

tu n'es pas seule et tu ne le seras jamais, parler fait tellement de bien, etre entendue comprise mais tout simplement écouté.

Ne t'en fais pas le CSAPA ou toute autre association sont gratuites ! Fonce moi quand j'ai commencé à être au fond du trou j'y ai foncé et depuis je vais tellement bien.

Parles en à tes amis ta famille il ne faut surtout pas que tu t'enfermes !!! Je l'ai fait tellement longtemps...

Ne culpabilise jamais tu n'est pas la cause de SA maladie, pour ta fille tu as bien fais tu la protège mais il faut te protéger toi aussi, donc parles en à la famille si tu veux comme ça en cas d'urgence que tu puisses débarquer en pleine nuit si nécessaire.

Et me remercie pas au début je n'osais pas en parler donc le peux que je peux faire pour aider je le fais avec le cœur car je sais Ho combien on est seule et isolée dans ce moment la..