ALCOOL-INFO

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

MON CONJOINT BOIT

Par Profil supprimé Postée le 25/11/2019 14:26

Bonjour,

je suis avec mon conjoint depuis 2 ans.
nous avons 4 enfants tous issus d'unions précédentes.
J'ai rencontré mon conjoint deux mois après qu'il ait subi une séparation aussi brutale qu'inattendue.
il a sombré et a perdu son entreprise et sa maison familiale.
Il a eu une consommation d'alcool excessive pendant plis d'un an en buvant dès 7h00 du matin parfois plus tôt vin rouge, rosé, bière... et souvent cul sec.
il pouvait boire jusqu'a 3 litres d'alcool par jour.
Il m'a expliqué qu'il buvait ainsi car il est en proie à de fortes crises d'angoisses et de panique le matin au réveil et que c'est la seule solution qu'il a trouvée pour se calmer.
Il décrit ses symptômes comme la tête qui tourne, envie de vomir (il vomit d'ailleurs quasiment tous les matins), vertiges, vision altérée; mal dan sa peau. Il n'est bien que couché.
Il est également sous traitement depuis de nombreuses années celiprolol pour la tension, lexomil pour les fameuses crises d'angoisses et prozac depuis 2 ans tout arrosé d,alcool a profusion.
il s'était calmé en début d'année, avait repris le travail, était en forme et mangeait normalement.
depuis le mois de mars il a rechuté lentement jusqu'a aujourd'hui où il ne sort plus du lit que pour boire car il est trop mal pour faire quoique ce soit. il ne va plus travailler et ne mange que le soir et que des "cochonneries". le reste du temps il grignote du fromage du jambon fume et boit...
il dit qu'il est obligé de boire pour aller mieux qu'il n'a pas d'autre choix sauf qu'il est incapable de sortir du lit avant 18h, il et il continue de boire jusqu'à ce qu'on couche en général vers 22h, il n'a donc pas une période active et éveillée très longue puisqu'il dort presque toute la journée.
J'essaie de lui dire que l'alcool n'est pas la solution à son mal être et qu'au contraire çela l'enfonce un peu plus chaque jour mais il persiste à dire qu'il a toujours eu ce mal être en lui et que l'alcool l'a toujours aidé.
Je ne sais plus quoi faire pour l'aider

Mise en ligne le 28/11/2019

Bonjour,

Nous entendons votre souhait de continuer à aider votre conjoint mais, de fait, votre pouvoir d'action dans la résolution de ses difficultés ne peut être que très limité. Comme vous le faites déjà, il vous est peut-être encore possible de le soutenir, de le conseiller, de l'encourager, de l'éclairer de votre point de vue sur sa situation... La part qui reste à réaliser lui revient, vous ne pourrez pas faire à sa place, vous le savez très certainement.

Jusque là votre conjoint semble considérer ses recours à l'alcool comme une solution, quelque chose qui l'aide. De ce fait, imaginer se priver de cette solution peut lui paraitre insurmontable voire insensé. Le problème, comme vous le soulignez, c'est que non seulement ses alcoolisations massives ne lui permettent pas réellement de régler son mal être mais qu'elles en rajoutent au malaise intérieur et aux diverses difficultés collatérales. Il n'est pas encore prêt à l'entendre ni à l'admettre et nous ne saurons vous dire ce qui lui permettra d'envisager les choses différemment ni le temps que cela lui prendra.

Nous nous doutons que vous souffrez de cette situation et que vous voudriez pouvoir faire accélérer le temps et les différentes étapes à franchir pour lui. Aussi étrange ou "mal à propos" que cela puisse vous paraitre, ce que vous pourriez faire de plus actuellement vous concerne directement. Vous pourriez en effet vous faire aider face à cette situation dans laquelle, comme souvent les proches, vous vous trouvez probablement très démunie et "désarmée".

Sachez que la plupart des CSAPA (Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) offre cette aide à l'entourage sur des temps de consultations individuelles, confidentielles et gratuites. Ce peut être un moyen de ne pas rester seule, d'être conseillée, soutenue, guidée pas à pas... Ce peut être un moyen d'être aidé à aider celui qui ne va pas bien et d'arrêter de penser que l'on ne fait rien, ou pas assez, ou mal...

Si cela vous intéresse, toutes les coordonnées de CSAPA sont consultables sur notre site via la rubrique "Adresses utiles". Si vous le souhaitez, vous pouvez également revenir vers nous pour prendre le temps peut-être d'échanger directement et plus précisément. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0 980 980 930 (appel anonyme et non surtaxé) ainsi que par Chat de 14h à minuit.

Avec tous nos encouragements.

Cordialement.

En savoir plus :

- "Adresses utiles"
- Trouver de l'aide