ALCOOL-INFO

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

OU TROUVER DE L AIDE

Par Nanie9999 Posté le 25/06/2023 à 11h56

Bonjour
Mon conjoint est dans un déni total et consomme de façon journalière sans être ivre pour autant il a déjà fait 2 infarctus le dernier il y a 1an .mon médecin de famille ne m écoute pas face a ce problème et entourage frère sœur parents ne veulent pas scen mêler...sa dernière prise de sang est explosive côté gama ce qui l'a fait ralentir a la réception cependant notre médecin n a pas réagi et donc il a repris son rythme de consommation habituelle. Est ce a moi d appeler le médecin ??
Je ne sais pas où m adresser et reste très seule face a ce souci.... merci de vos conseils....

5 RÉPONSES

Clofi - 29/06/2023 à 00h07

Bonjour Nanie9999,

Je ne comprends pas le médecin !
Par contre côté famille je vie cela avec mon conjoint, plus de 20 ans qu'il boit, ils sont blasés et on tout essayé du coup ils ont baissé les bras. Pour ma part cela fait que 3 ans que je suis en couple avec lui donc j'ai encore de la patience/espoir et tente de tps en tps quand je le sens réceptif pour lui ouvrir les yeux peu à peu tout en respectant son rythme...
Il doit prendre la décision de lui même donc j'installe l'idée qui germera peut-être un jour, c'est pour le moment la seule chose que j'ai trouvé pour l'accompagner et je le soutien en le valorisant et lui offrant mon amour sans jugement, sans reproche qui respect et l'aime comme il est, même si sont plus gros "défaut" (qu'il ne contrôle pas étant victime de cette maladie) est l'alcoolisme...
Bref pour répondre à ta question si je peux parler comme ça aujourd'hui c'est grâce à une bonne thérapie qui m'a beaucoup aider à y voir claire dans le fonctionnement des addictions et sur mon propre fonctionnement également, je n'y allais pas que pour cela a la base mais ma situation de couple avec un homme qui joue tout les soirs avec sa vie en buvant 1 litre de whisky m'a déstabilisé et dévaloriser car je me sentais incompétente, inutile et impuissante face à la maladie...
La psy m'a dit que faute de pouvoir faire changer mon conjoint car je ne le contrôle pas, je peux changer ma façon de voir et appréhender les choses et contrôler mes réactions... Je m'y efforce chaque jour au nom du bonheur qu'il me donne en dehors de son alcoolisme. Je suis à 90% heureuse et c'est bien plus que je n'ai jamais eu dans mes autres relations passées. Et peut-être un jour il se soignera et là j'aurai 100% mais en attendant 90 % c'est plus que génial quand même !
Ca pourrai être un début pour toi aussi.

Pour aller plus loin et au cœur du problème il y a des CSAPA un peu partout en France, je pense les contacter car la semaine dernière il a chuté seul à la maison, en rentrant du boulot (je travaille de nuit) personne à la maison, tel portable sur table basse et me voilà appelé les urgences les plus proches. Il a été admis dans la nuit et a eu le droit à 10 agrafes dans l'arrière de la tête. Son crane n'a pas résisté au choc contre la vitre de l'insert qui a explosé en l'ouvrant sous la force de la chute... Alcool, perte d'équilibre, chute... C'est tout les soirs... J'ai peur pour lui en partant au boulot. Du coup je vais prendre contact avec un CSAPA pour aller plus loin pour le protéger de lui même au mieux...

Désolée j'ai pas mal parlé de moi... Pour résumer pense à toi et hésite pas a consulter un psy pour ton propre équilibre (pour aider un malade faut être soit même à 100% je pense) et pour ton conjoint un CSAPA pourra te donner plus de réponse précise.
Par contre si tu penses que le médecin n'a pas réagis tu es en droit de lui parler de tes inquiétudes vue les antécédents médicaux de ton conjoint, sachant par contre que si il a déjà des discussions avec ton conjoint sans ta présence, il ne te le dira jamais... Secret pro...
Et l'alcoolisme n'est pas synonymes de grosse cuite, il suffit parfois qu'une personne ai une consommation même minim de manière régulière sans être capable de se passer de cette consommation, c'est une addiction donc une maladie qui peut avoir de grave conséquences d'autant que ton conjoint à déjà eu un problème cardiaque...
Par contre le médecin ne pourra que le conseiller, tenter de lui ouvrir les yeux, mais pas l'obliger, seul ton conjoint est décisionnaire...
C'est ce qui est le plus dur pour nous tous, ne rien pouvoir faire, attendre que le malade admette/accepte sa maladie et décide de se soigner...

Bon courage à toi !

Nenette - 29/06/2023 à 12h12

Bonjour je suis Aujourd'hui hospitalisé rien de grave bulle d air autour du côlon
Je bois tout les soirs 3 verre de rosé ou 2 bière
Je veux arrêter depuis un certain temps mais je n y arrive pas
Aujourd'hui j ai peur pour ma santé car j ai des enfants et petits enfants que j aime énormément je veux le faire pour moi mon compagnon mes enfants et petits enfants

Depuis lundi je ne bois pas une goutte d alcool car je suis hospitalisé
Et sa ne me manque pas j ai peur que la reprise au travail et le reste de ma vie ou je suis toujours en stress me fasse reprendre
Aidé moi SVP

Profil supprimé - 14/08/2023 à 15h33

Bonjour ,

J'ai moi aussi un problème avec mon conjoint. Nous sommes ensemble depuis 2006 . Entre temps nous étions séparé car addict a la drogue , seresta ,alcool,cocaïne, héroïne,cannabis,etc... Il n'a fait qu'aller en prison et j'ai toujours été présente pour lui . Jusqu'à un jour il décide d'aller dans le sud après sa sortie de prison(tout a été organisé sans que je le sache avec son ex qui elle est mariée avec qui il a aussi deux grands garçons) une fois dans le sud je n'ai plus eu de nouvelle pendant presque trois ans. (sachant qu'on a un petit garçon ensemble qui a aujourd'hui 10 ans)
Voilà qu'un jour il me téléphone donc l'année dernière vers le mois de novembre pour me dire qu'il sortira cette année 2023 au mois de février(il a été encore en prison) je lui ai encore tendu la perche pour qu'il s'en sorte. Il m'avait promis que plus rien ne sera comme avant . Sauf que tout n'était que mensonges... Monsieur a peine arrivé chez moi il a attendu que j'aille prendre mon bain qu'il ouvre la bouteille de champagne de nouvel an ,j'ai entendu car j'habite dans un appartement pas bien isolé et puis l'odeur ne trahit pas il m'a mis du champagne sur la porte de la cuisine . Bref il se drogue au seresta il est déconnecté de la réalité il s'endort n'importe où notre fils de 10 ans il s'est confié à moi la semaine dernière un soir pour me dire qu'il en avait marre de voir son papa bizarre avec des yeux bizarre qu'il s'endort sur son téléphone et qu'il avait envie de casser ses bières... Un enfant de dix ans n'a pas a voir son papa dans un état pareil .
Je suis triste de cette situation .
Monsieur et dans le déni total.
Quand il bossait le weekend de nuit il buvait avant d'aller au travaille je lui ai expliqué que ce n'était pas bien que si il devait arriver un accident dans l'usine que les pompiers viennent et gendarmes il aura tout dans le cul lulu. Il se croit hélas invisible ...
Encore hier désolé du terme mais il s'est endormi comme une merde assis au balcon .. j'ai honte de moi de lui .
Il prend quand meme une dizaines de seresta 50mg dans la journée . Plus les bières qui ne sont pas les moins fortes avec du picon . Et le soir encore avant de se coucher il prend deux somnifères et un seresta .il prend aussi encore d'autre médicaments je ne sais pas lesquelles Exactement la de suite je ne les ai pas en tête.
Quand je me me couche pas longtemps après lui il dort a poing fermé.
Il me reproche parfois qu'on a plus de vie sexuelle mais moi je n'ai pas envie de faire l'amour avec mon homme qui est complètement déconnecté de la vie.
Il est suivit par le csapa je ne sais pas si je peux les appeler pour avoir de l'aide au près de eux ? Car cette vie je n'en veux plus .
Pour vous dire quand il n'était pas dans ma vie et qu'il était en prison ou dans le sud je me sentais bien plus heureuse .
Je ne veux pas l'abandonner car je l'aime . Mais il faut qu'il reconnaisse qu'il a un problème et du moment qu'il est dans le déni je ne peux rien faire .
Quelqu'un pour me conseiller ?

EmelineP - 06/02/2024 à 02h03

Comment s'épanouir lorsque l'un de ses proches est malade alcoolique ?

Les enfants sont de véritables éponges et bien souvent ils appliquent les règles que leurs parents leur demandent de respecter. Que celles-ci soient justes ou non. Comme d'autres enfants, par amour pour mes parents, j'ai accepté de subir certaines règles qui ne me convenaient pas. Maintenant que j'envisage de fonder moi-même une famille, je réalise combien il est important pour un parent d'être stable émotionnellement pour élever ses enfants le mieux possible.

Mon père était alcoolique. Aussi loin que je me souvienne, il l'était avant ma naissance et cela a toujours fait partie intégrante de mon héritage familial.

Malgré une femme aimante et le soutien de ses enfants, mon père souffrait d'un profond malêtre que rien ne semblait parvenir à soulager. L'alcoolisme est une maladie du silence et il est plutôt facile de tromper les apparences. Dans ma famille, chacun gérait dans son coin la maladie. Plus ou moins bien. Et la loi tacite était de n'en parler à personne en dehors de la famille, sous peine de trahir la confiance de mes parents. Pour l'extérieur, tout allait parfaitement et nous faisions tous très bien semblant. L'entourage d'une personne alcoolique est parfois démuni face à ce problème. Se confier aux amis et aux proches a ses limites. En tous les cas, ignorer le problème ne vous mènera nulle part. Bien au contraire. Il est plus sain d'avoir conscience qu'un travail de votre part est nécessaire.

Aujourd'hui j'aimerais apporter de l'aide et de l'espoir aux personnes dont un proche est alcoolique. Vous devez absolument vous déculpabiliser car vous n'êtes pas responsable de la maladie. Et, même s'il est difficile de l'accepter, vous ne pourrez pas forcer un malade à cesser de boire et à se sentir heureux. Prendre conscience de ces deux aspects m'a demandé des dizaines d'années. Ils sont la clé de votre bien être.

Mon conseil serait : « transformez votre vécu en force ». Personne n'a une vie simple et parfaite. Vous forgerez votre caractère et construirez votre propre équilibre à travers vos choix, tout au long de vote existence. Etre fataliste ne vous mènera nulle part. Concentrez-vous sur les aspects pouvant être améliorés et sur lesquels vous pouvez réellement agir. Ne gaspillez pas votre énergie à essayer d'influencer le comportement d'un proche alcoolique. Le déclic doit venir de lui.

L'entourage est indirectement victime de la maladie alcoolique. Mais victime néanmoins.

Pensez à vous, votre équilibre, et ne vous laissez pas happer par la maladie de votre proche alcoolique. Je ne vous conseille pas l'indifférence ou l'égoïsme, loin de là. Juste une distance qui vous permettra de vous préserver et vous évitera de sombrer avec le malade alcoolique.

A partir de mes 35 ans, j'ai enfin fait la paix avec mes parents en mon for intérieur et je ne ressens plus de colère envers eux. J'associais l'alcoolisme à une faiblesse. Et je ne parvenais pas à la tolérer. La jeunesse nous rend parfois intransigeants, en particulier vis à vis de nos parents. Puis les épreuves de la vie nous aident à comprendre que personne n'est égal face à la difficulté. Et que le courage ne se manifeste pas de la même façon chez tout le monde. Un malade alcoolique essaie de faire face, à sa manière, à différents traumatismes.

Et l'entourage fait comme il peut pour vivre à ses côtés.

Si vous ressentez le besoin d'être soutenu, n'hésitez pas, car vous battre seul vous épuisera. Une lutte collective est plus efficace. Sachez que d'autres ont traversé ou traversent les mêmes épreuves.

J'ai rencontré de nombreuses difficultés en cherchant des structures d'accompagnement et d'écoute destinées à l'entourage, et non au malade alcoolique. Selon votre préférence, différents types de structures existent. Comme il n'est pas évident de trouver facilement des informations pratiques sur internet, voici celles qui m'ont été utiles :

CSAPA et centres d'addictologie => l'avantage de ces centres est qu'ils proposent des rendez-vous individuels ou en famille. A noter : les créneaux de rendez-vous peuvent être rares et l'ambiance est très « médicalisée » donc un peu impersonnelle. Si vous avez besoin d'informel et de chaleur humaine, je vous recommanderais plutôt les groupes de parole Al anon.

Al anon => l'avantage de ces groupes de parole est d'échanger, dans l'anonymat, avec des personnes bienveillantes vivant des expériences similaires, qui vous comprennent et ne vous jugent pas. Vos proches ne sont pas toujours les mieux placés pour vous écouter et vous ne serez pas aussi libres de vous exprimer face à eux que dans un groupe Al anon. A noter : les groupes de parole se réunissent parfois dans des salles de paroisse et comme le concept vient de chrétiens protestants, Dieu est évoqué. Si cela vous met mal à l'aise ou ne correspond pas à vos croyances, choisissez une autre option. Votre première session de groupe de parole sera gratuite, mais à terme chaque participant a l'habitude de contribuer à hauteur de ses moyens, lors d'une quête à la fin de la session. Le montant de votre contribution est libre. Vous pouvez également acheter un livre pour suivre les sessions, mais aucune obligation.

Psychologue ou psychiatre => vous pouvez avoir besoin d'un suivi psychologique individuel sur le long terme et si prendre la parole devant plusieurs personnes n'est pas envisageable, orientez vous vers des professionnels qui vous guideront pour y voir plus clair. L'avantage par rapport à un centre CSAPA sera une prise de rendez-vous plus facile et certainement une proximité géographique qui simplifiera vos déplacements.

Botwin - 11/02/2024 à 16h52

Je pense que j’ai un problème avec l’alcool, quand je commences je ne m’arrête plus, et n’a plus de limite quant à ma consommation.. souvent cela s’accompagne de drogue.. l’alcool a pris une place beaucoup trop importante pour moi. Mon conjoint et moi allons en soirée et il est 7h00 du matin et je ne veux pas rentré c’est devenu une habitude qu’il rentre sans moi, car t’en qu’il y a de l’alcool je ne dors pas. Je passe souvent des 48h de soirée non stop. Je ne sais pas comment faire pour m’aider je suis entouré que de personne qui ne me soutienne pas quand je dis que je veux arrêter. Souvent les gens me dise allez juste un verre et je sais que quand je commences je ne m’arrête plus.. mon entourage est pareil que moi. Je suis entrain de détruire mon couple. Je ne sais pas quoi faire… ce week end avec mes potes on a consommer 5 bouteilles de Sky à 4.. je suis désespérée chaque fois je me dis c’est la dernière fois que je bois autant au final ça devient limite pire.