

ALCOOLISME ?

Par Philou92 Postée le 02/07/2023 10:31

Bonjour, Cela fait 3 ans que je suis avec mon conjoint. Il boit chaque soir deux bières fortes et une bouteille de vin à lui tout seul. Ça a déjà dérapé plusieurs fois (pompiers etc) mais chaque médecin qu'il voit lui dit qu'il n'est pas alcoolique car sinon il consommerait dès le matin. Il a essayé 2 jours la semaine dernière de ne pas boire et a réussi. De ce fait il est persuadé de contrôler sa consommation mais continue à boire autant. Il considère que tant qu'il ne titube pas, il n'est pas bourré. Pourtant il ne se rappelle même pas de ce qu'il s'est passé la veille au soir par moment... Nous allons avoir un bébé d'ici quelques jours/ semaines. Je n'en peux plus. Qu'en pensez vous ?

Mise en ligne le 04/07/2023

Bonjour,

Nous sommes sensibles à votre situation avec votre conjoint et aux préoccupations que cela engendre chez vous.

Même s'il ne consomme pas dès le matin, la consommation quotidienne de votre conjoint est importante. Les recommandations pour réduire les risques pour la santé sont de ne pas dépasser 2 verres standards d'alcool par jour en ne consommant pas d'alcool 2 jours par semaine. Il est par ailleurs tout à fait possible d'avoir un problème avec l'alcool, ne pas réussir à se maîtriser par exemple, sans pour autant avoir besoin de boire dès le matin.

Cette consommation d'alcool régulière a peut-être une fonction pour lui. Nombre de consommateurs cherchent l'effet anxiolytique de ce produit, dans l'idée d'abaisser une tension interne, ou un mal-être passager ou plus profond. Il est possible qu'il ne soit pas en capacité de se passer de ces consommations plus de quelques jours. S'il est disposé à le faire, il pourrait être intéressant d'essayer d'échanger avec lui sur la fonction que peuvent occuper ses consommations chez lui.

Au-delà de ces aspects quantitatifs et de fonction, nous comprenons que son comportement vous inquiète, notamment dans le cadre de votre grossesse.

Il existe, si vous le souhaitez, des lieux où vous pouvez obtenir un espace de réflexion avec des professionnels. En effet, ces derniers connaissent bien les difficultés que vivent l'entourage d'un consommateur d'alcool, les inquiétudes et le sentiment de ne plus en pouvoir que vous traversez. Ces structures, nommées Centres de Soins d'accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) accueillent dans un cadre confidentiel et gratuit, sans jugement de la part des professionnels qui y exercent. L'équipe est généralement composée de médecin addictologue, psychologue, infirmier. Ils peuvent également accompagner le consommateur lorsque ce dernier est d'accord pour amorcer une démarche de soin ou s'il s'interroge sur sa consommation.

Si cette piste vous intéresse, vous trouverez en bas de réponse un lien pour faire une recherche de CSAPA dans votre périmètre géographique.

Si vous souhaitez une orientation affinée ou échanger davantage sur votre situation, vous pouvez contacter un de nos écoutants. Nous sommes accessibles tous les jours, par téléphone au 0980 980 930 (appel anonyme et gratuit) de 8h à 2h du matin ou par le Chat de notre site Alcool Info Service du lundi au vendredi de 14h à minuit et le samedi et le dimanche de 14h à 20h.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service
- Comment me faire aider en tant que proche d'un consommateur d'alcool?