© Drogues Info Service - 9 octobre 2026

Forums pour l'entourage

Mon conjoint est addict à la cocaïne

Par jasmink Posté le 12/10/2022 à 00h09

Bonjour,

Je viens ici pour vider mon sac et recevoir des conseil et surtout éviter que l'on me juge...

Je suis en couple depuis 17ans avec mon conjoint. Nous avons tout apprit ensemble, des hauts des bas mais rien de grave. Il y a environ 3ans que mon conjoint se drogue a la cocaïne (et peut être d'autres que je ne connais pas) et le ciel m'est tombé sur la tète. il fumais de temps en temps un joint pour décompresser de sa semaine de travaille mais rien de plus. Il a toujours été contre les drogue "fortes". Au début de sa consommation je ne me suis aperçu de rien car il devais certainement caché et les prise ne devaient pas être fréquentes. Jusqu'au jour ou je pensais qu'il menait une double vie; il cachait son téléphone, s'enfermait aux toilettes pendant des heures. C'est a cet instant qu'il ma dévoilé un genre de pipe a cocaïne et la j'ai compris qu'il était accroc. A partir de se moment la il n'avait plus de retenu, il passait des week-end entier sans rentrer, sans me donner de nouvelles. Je me suis mise a fouiller tous les coin de mon appartement et j'ai découvert des horreurs comme des bouteilles d'eau avec un Bic scotcher dessus, des petits bouts de plastique, des cuillères a café brulées... J'en passe. Je souffre tellement car je n'ai aucune réponse a mes questions comme pourquoi avoir essayer ca? ou pourquoi il détruit notre famille? Notre fils ado n'a jamais compris car j'ai toujours cacher la situation. Il nous a dépensé toutes nos économies, il est en quête d'argent tout le temps, quand il n'obtient pas ce qu'il veut il devient méchant dans ses propos comme "tu va mourir avec ton argent". Nous travaillons tous les deux et gagnons correctement notre vie Mais finalement nous c'est la drogue qui en profite...

Ce n'est plus le même homme que je connais, tout a changé comme son comportement, sa façon de parler et ça me perturbe énormément. Je cherche finalement mon ancien conjoint en permanence.

Aujourd'hui je vis en cachant mes cartes bleues, en ne laissant rien sur son compte bancaire et ça m'arrive parfois de lui céder en lui donnant une carte mais des qu'il sort je la bloque sur application. Ce que je n'arrive pas à comprendre c'est qu'il peut rester au moins 2 mois sans consommer (car quand il consomme son visage est marqué). A la moindre contrariété il craque et la période peut durer une semaine ou quinze jour. Quand il fait une "pause" il se réfugie souvent dans l'alcool. Je ne sais plus comment l'aider, j'ai tout essayé mais rien ne va.

Me concernant j'ai l'impression d'avoir besoin plus d'aide que lui car ma vie est devenu un contrôle permanent. Je dors très mal la nuit car je sais qu'il est capable de partir une fois que je me suis endormi. J'ai plus l'impression d'être sa compagne mais sa maman. La situation me fatigue. Je suis consciente qu'il est en grande souffrance. C'est un homme qui ne parle jamais de lui de ce qu'il ressent et transforme tout en colère. Je ne sais pas si je dois continué à me battre ou si je doit arrêter tout ça. Je ruine ma santé, mon entourage, ma carrière... est-ce que ça vaut le coup ? J'ai tenté une fois de me sauver en vacances avec mon fils mais rien y fait il ne réagit que quelques jours puis ça recommence.

Merci de m'avoir lu. Dites mois si vous êtes dans la même situation que moi. Je suis complètement perdue et je suis seule, j'ai tellement honte d'en parler à mon entourage.

A bientôt.

25 réponses

Profil supprimé - 12/10/2022 à 10h16

Bonjour,
J’ai lu votre message et je me suis reconnue dans pas mal de situation. J’ai moi aussi un mari qui prend de la cocaine et je suis totalement dévastée. Je ne sais pas à qui me confier dans mon entourage, j’ai honte peut-être… J’ai bien essayé d’alerter sa mère mais elle refuse de voir la réalité en face et évite le sujet de discussion.
Pour ma part, je pense que je devrais m’occuper un peu plus de moi et mes enfants. J’ai tout essayé je lui ai apporté toute mon énergie malgré les conflits, les échecs…
Nous sommes mariés depuis 20 ans et je vous avoue que je commence à réfléchir à le quitter afin de retrouver une paix intérieure que je n’ai plus depuis longtemps.
Si j’ai un conseil à vous donner, c’est de vous occuper d’abord de vous c’est essentiel. Je ne l’ai pas fait pendant longtemps j’ai tout tenté pour le sortir de là mais c’est beaucoup plus compliqué que ça.
Je vous souhaite bon courage dans cette épreuve en tous cas.
À bientôt

jasmink - 12/10/2022 à 12h37

Bonjour
Je vous remercie pour votre message. Je me sens tellement seule dans mon problème. J'aimerai avoir quelqu'un sur qui compter. Mais c'est très dur de pouvoir se confier sans être jugé...
A bientôt

Sd - 07/11/2022 à 10h20

Bonjour je vis exactement la même situation. A part les cuillères..les bouteilles..mais il ne tardera pas je pense..vendredi il a pète 1 câble pour avoir la carte bleue que je cachais ..devant mon fils de 15 ans... je suis fatiguée.. vidée.. je ne sais pas si je pourrais le sauver un jour car je ne sais pas s'il le veut réellement... j ai tellement pardonne ....je me dis qu à 42 ans il est peut être temps que je vive ma vie et épargne mes enfants de cet enfer même si pour le plus jeune son père est tout pour lui c est ca le plus dur car je sais que si je l abandonné il deviendra pire et mes enfants n auront plus de père..

jasmink - 07/11/2022 à 16h51

Bonjour Sd

Je vous comprend tout à fait mon fils à presque le même âge que le vôtre (16ans) et nous avons cette culpabilité de se dire et si je le quittait qu'est-ce qu'il deviendrait ? Nous pensons à nos enfants mais finalement on s'oublie nous même. Je sais pas si vous avez connue votre mari avant cette addiction pour ma part oui et je sais comment il est véritablement à l'intérieur de lui. C'est ce qui me donne de l'espoir mais à

chaque rechute je pert cet espoir. Il y a une semaine il m'a fait une crise pour 20euros... j'ai décidé je ne plus gérer son argent et jai décidé de me faire un virement pour payer les factures à 2. Je lui est fait comprendre que nous allons devenir "colocataires". J'ai commencer à sortir sans lui pour m'évader (je précise qu'on travaille ensemble) et il me semble qu'il commence à réagir et peut être se rendre compte qu'il pourrait me perdre... si je peu vous donner un conseil essayer de penser à vous car finalement ils sont conforter dans l'idée ou nous sommes maman et qu'on ne plus vivre sauf que... NON
Je peut vous souhaité que du courage de la patience. Prenez soin de vous et de vos enfants.
A très vite
Jasmink

Sd - 07/11/2022 à 18h25

Merci Jasmink
Oui j ai connu mon mari depuis l adolescence. Il n à plonge que depuis 1 an. Pour mon fils de 7 ans son père est TOUT. La il est chez son frère depuis vendredi mais celui ci boit ça ne l aidera pas. Je ne sais pas si je peux encore le sauver et je ne sais pas si je dois " demander" à mon fils si ns lui laissons une chance car je me dis que ce n est pas à lui ded évider mais pour de baisser les bras et qu'il m en veuille. Mon mari n à que nous si je le laisse c est la d'échéance ++ assuré

jasmink - 20/09/2024 à 06h47

Bonjour,
Je ne sais pas si vous êtes toujours active sur le fil... je souhaitai prendre de vous nouvelles.
A bientôt

Sd - 20/09/2024 à 08h12

Bonjour oui ja i été notifié de votre message

jasmink - 20/09/2024 à 09h18

Ah super ! Comment allez vous? Pour ma part un peu moins pire mais c'est toujours la cata... j'ai réussi à moins absorber et à plus me détacher de ce problème. J'avance seule et je suis en pleine réflexion à me séparer

Sd - 20/09/2024 à 10h16

Une année 2023 catastrophique.. suis tombée en dépression.. puis électrochoc de sa part suite au décès de mon père et du sien. Je sais que c est un combat de tout les jours mais depuis 9 mois ras. Je vous souhaite plein de courage ... quelle merde vivons nous par procuration!!!

jasmink - 20/09/2024 à 14h03

Je suis contente pour vous que tout aille mieux... effectivement un choc comme un décès c'est quitte ou double. J'espère que vous avez retrouvez une vie plus paisible. Je vous envie de tout cœur. Je rêve de

retrouver celui que j'aime mais je perds espoir.

A bientôt

Sd - 20/09/2024 à 15h50

Effectivement nous vivons mieux mais la oeur ne me quitte pas et ça c est fatiguant. Et je sais aussi que je ne saurais plus vivre ce que j ai vecu. Je l ai assez sauve .je vous souhaite le meilleur ????

Elsa34 - 06/10/2024 à 18h10

Bonjour à tous
Mon conjoint a commencer à fumer de la cocaine il y a 1 an je pense, je ne m'étais rendu compte de rien jusqu'à il y a quelques mois, il a commencer à passer son temps dehors, il s'absente pendant des fois 2 jours sans me donner de nouvelles puis quand il reviens il s'excuse, il regrette, prend des bonnes résolution puis recommence le lendemain.. je ne sais plus quoi faire j'ai l'impression qu'il évite le sujet quand j'aborde la possibilité qu'on se fasse aider. Je ne reconnais plus mon conjoint, il ne fait plus du tout attention à moi alors qu'il était très attentif avant, il dépense tout son salaire je me retrouve à tout payer pour notre logement et il me demande de l'argent sans cesse, par moment j'ai l'impression de le retrouver l'espacé d'une journée ou un instant et plus rien… mon homme me manque, nous ne faisons plus aucune activité ensemble, alors que nous étions tjrs ensemble avant tout ça.. j'ai l'impression que j'ai besoin d'aide car je suis épuisé de cette situation, je travail, je ne dors plus quand il ne rentre pas et je suis inquiète quand il sors, je ne peux plus lui faire confiance il me dit aller au tabac ou faire une course et il ne rentre plus.. je n'ose pas en parler à ma mère, ni à des amis je pense que j'ai honte sûrement.. mais je ne sais plus comment lui venir en aide et me préserver aussi car cette situation joue aussi sur moi, sur mon moral et sur ma vie..

Elsa34 - 07/10/2024 à 12h00

Est ce que vous avez des conseils à me donner pour lui venir en aide svp? Car j'ai tout essayer enfin ce que je pouvais mais je ne trouve plus de solution…

jasmink - 08/10/2024 à 06h47

Bonjour Elsa

Tout d'abord je voulais te rassurer que tu n'étais pas seule à vivre cette situation. Je comprends que tu puisse avoir honte d'en parler à ta famille car moi même je suis passée par là. Et le jour où j'en ai parlé autour de moi ça été pire car je me suis senti jugé... Le seule conseil que je peu te donner c'est de prendre soins de toi et de demander de l'aide pour ton conjoint auprès d'un centre de toxicomanie s'il veut bien... pour ma part 5ans de bataille, une cure de désintoxication et résultat ça ne fonctionne pas. J'ai sacrifier tout ce que j'avais en énergie pour lui sans succès. Je ne doute pas de leur sincérité et de leurs remords mais ça fait très mal de vivre ça au quotidien dans la peur. Comme tu dit ils sortent chercher une baguette et reviennent 12h après... c'est invivable. N'attends pas d'être dépourvu d'armes pour réagir car le temps passe très vite. Je te souhaite beaucoup de courage et encore une fois prend soin de toi

A bientôt

Elsa34 - 08/10/2024 à 11h05

Bonjour Jasmink

Merci d’avoir pris le temps de me répondre, je vais prendre un rdv dans un centre de toxicomanie sans lui laisser le choix parce qu’il évite toujours le sujet en me disant qu’il va s’en sortir seul, mais je ne vois aucune amélioration, je suis inquiète tout le temps.. j’espère qu’en plus de son suivi à lui ils auront aussi dés conseils pour moi afin de m’aider aussi à le soutenir de la bonne manière, car j’ai l’impression d’être de la police, je ne fais que le surveiller, fouiller ses poches ect… et ça crée beaucoup de tensions entre nous.. merci pour tes conseils, ça fait du bien d’en pa en et avc des personnes qui vivent la même situation…

Elsa34 - 08/10/2024 à 12h53

J’espère que ça va s’arranger pour toi, et je vais continuer à m’accrocher, en espérant qu’avec un suivi il aura une prise de conscience qui dure plus d’une semaine…

jasmink - 10/10/2024 à 02h18

Je connais parfaitement tous ces sentiments... j'espère qu'il en prendra conscience. Pour le moment il est dans le déni en pensant s'en sortir seul mais c'est quasi impossible pour ma part. Si mon conjoint avait été seul je ne sais pas ce qu'il serait à l'heure actuelle... ton conjoint doit comprendre qu'il doit stopper ça déjà pour lui puit pour votre couple. J'espère que ça va aller

Donne moi de tes nouvelles de temps en temps si tu le souhaites

A bientôt Elsa

Elsa34 - 10/10/2024 à 11h44

Oui bien sûr je donnerai des nouvelles de temps en temps et de même pour toi n’hésite pas, merci encore pour tes conseils et bienveillance

lepetitchat - 10/10/2024 à 16h43

Bonsoir,

Je me permets de rebondir aux messages précédents. Je ne suis absolument pas concernée par un problème d'addiction ni mes proches, mais je suis étudiante en médecine et j'ai eu la chance d'effectuer un stage de quelques mois au sein du service d'addictologie de l'hôpital de ma ville et je pense que mon avis pourrait peut être vous aider.

Croyez-moi, la majorité des personnes souffrant d'une addiction à l'alcool, à la cocaïne, à l'héroïne etc que j'ai pu rencontrer en sevrage étaient des pères et mères de famille, avec une "bonne situation", un conjoint, des enfants et une vie stable. Cela m'a ouvert les yeux sur le fait que ça n'arrive pas qu'aux autres et que l'addiction n'atteint pas seulement les personnes en situation précaire.

D'après mon expérience, la """recette""" d'un sevrage réussi est en gros : une hospitalisation de 2 semaines en HP, suivie d'une phase de consolidation du sevrage dans un CSSRA d'une durée variant de 1 à 3 mois selon le besoin + suivi psychiatrique à côté + un éloignement des amis qui consomment + le plus important : LA VOLONTÉ !!!!!

Souvent, lors du jour d'arrivée du patient en sevrage dans le service, une des premières questions que le médecin pose est "pourquoi êtes-vous ici" ou "pourquoi souhaitez-vous arrêter la substance en question". Si le patient répond quelque chose du genre : "je fais trop de mal à ma femme, je le fais pour elle et pour mes enfants" -----> mauvais signe tout de suite. Il faut que la patient soit VOLONTAIRE physiquement et mentalement à entamer son sevrage. Si on le force, ça ne sert à rien ; des mots comme "fais le pour moi" ou "fais le pour nos enfants" ça ne fonctionne pas. Il faut qu'il le fasse pour lui et qu'il en soit convaincu. Et pour ce faire, c'est assez compliqué car cela demande beaucoup de courage, et beaucoup de recul sur la situation. Il faut que l'envie d'arrêter soit assez forte et bien présente. Cela passe par des séances de psy, d'introspection , d'éloignement des fréquentations qui consomment et qui entretiennent ce cycle, et de motivation. Les médecins et les médicaments sont seulement là pour appuyer, accompagner, aider dans cette démarche. Et non pour convaincre. Et pour vous, c'est pareil.
Il ne faut pas oublier que c'est une maladie, et que c'est pas parce que l'on veut arrêter qu'on pourra s'en empêcher. C'est pourquoi il faudra s'épauler des proches, des médecins et des médicaments qui faciliteront le sevrage.

J'espère sincèrement que cela vous aura aidée. Il faut que votre mari s'en aperçoive "tout seul" comme le mari d'Elsa qui a eu une prise de conscience suite à un choc émotionnel. Il faudrait que la prise de conscience se réalise, mais j'ai conscience que ce n'est pas chose simple. S'en sortir seul ce n'est pas possible, il faut qu'il le réalise absolument. En général, les patients qui essayent d'arrêter tous seuls se rendent rapidement compte qu'ils n'y arrivent pas et c'est là où ils commencent à se sortir du déni. L'addiction est une vraie maladie psychiatrique! Un cancer ne se soigne pas tout seul, et bien une addiction c'est pareil. Le cerveau est devenu trop habitué et est en souffrance quasi immédiatement à l'arrêt de la consommation. On se croit plus fort et on croit "gérer" mais en réalité nous sommes totalement dépendants de ces substances qui excitent nos neurones et dysfonctionnent notre cerveau.

Je vous souhaite tout le courage du monde.
Sarah

jasmink - 11/10/2024 à 18h23

Bonjour Sarah

Merci pour tout ces conseils d'ailleurs je suis totalement d'accord avec toi!
La situation dure maintenant depuis plus de 5 ans et je suis consciente qu'il souffre de cette situation mais j'ai l'impression de souffrir encore plus que lui. Il veut s'en sortir pour mon fils et moi mais pas pour lui avant tout et je pense que le problème est la... en tout cas j'apprécie que tu es prit le temps de nous écrire car parfois quelques paroles c'est pas grand-chose et pourtant ça fait tellement de bien.

A bientôt

Jasmink

Elsa34 - 14/10/2024 à 09h17

Bonjour Sarah

Merci pour cette réponse qui me donne quelques conseils à appliquer car je suis totalement démunie face à la situation.. j’ai pris rdv avec une centre d’addiction j’espère que cela pourra l’aider..

SoGood2811 - 15/10/2024 à 10h16

Bonjour Mesdames,

Merci pour vos témoignages, je vis la même chose en ce moment enfin cela va faire 4 ans que ça dure et cela devient épuisant psychologiquement et physiquement.

Je suis partagée sur ma volonté de l'aider et de partir pour me protéger et protéger notre fils de 3 ans. J'ai prit moi aussi un rdv au CSAPA de ma région afin d'avoir un peu d'aide extérieure pour savoir comment faire à mon niveau de conjointe. J'essaye vainement d'avoir des discussions constructives avec mon conjoint pour qu'il réagisse ou prenne conscience de son addiction mais nous sommes tjs dans la phase où pour lui "IL GERE".

Moi j'ai enfin accepter qu'il était addicte et que potentiellement il pouvait développer un trouble TDAH. Mais aujourd'hui je suis épuisée et j'ai peur de lâcher la rampe trop tôt. Je ne sais plus quoi faire et je me sens extrêmement seule et incomprise.

Rien que de lire vos message me fait me sentir moins seule mais je vois que rien n'est gagné. J'espère tout comme ELSA34 que le rdv va pouvoir m'aider à mieux gérer cette situation mais je culpabilise fortement de continuer d'élever mon fils dans cet environnement. Mes parents me conseille de partir car pour eux rien ne va changer et par mmt je suis aussi de cet avis.

Merci d'avoir écris et d'être là...

Dav21 - 20/10/2024 à 05h55

Chère Jasmink moi j’ai perdu mon épouse qui est parti avec mes enfants deux filles qui m’adore malgré mes erreurs car je suis un consommateur de subutex et elle a eu raison. Tu dois savoir que ton conjoint et tomber dans un piège et j’espère de tout mon cœur qu un jour il se réveille.

Elsa34 - 19/12/2024 à 17h32

Bonjour à toutes,
J’espère que vous allez toutes bien, pour moi c’est toujours pareil, j’ai pris rdv pour moi dans un csapa afin d’avoir des conseils les pour mieux gérer cette situation et pouvoir l’aider au mieux mais je suis fatigué psychologiquement de tout ça, j’aime mon mari mais par moment j’ai envie de tt laisser tombé et de lui dire de partir car je ne vois aucun changement positif, il dit vouloir arrêter qu’il voit qu’il est en train de tout perdre.. mais il n’entame aucune des démarches de soins dont on parle souvent et qu’il doit faire pour s’en sortir. Il vient de se faire licencier car bcp de retard et absences non justifiées depuis plus de 8 mois au travail.. Entre mon travail qui me prend bcp de temps, la maison, notre enfant, et lui à gérer je n’en peux plus, il dépense tout son argent, il sort toute la journée maintenant, ne participe plus au frais de notre logement ect…, parfois je ne le reconnais plus, son comportement, sa façon de voir les choses, tout à changer. Je ne sais plus quoi faire, je me dis que c’est lui ou moi, car si je continue comme ça c’est moi qui va me perdre en chemin

Anne - 12/03/2025 à 08h52

Désolée mais vous ne le sauverez pas, il ne mérite pas de vous épuisée. Il y a 5 ans j'ai découvert que mon conjoint depuis 20 ans m'avait trompé il chasse sur des sites de rencontres. 1 an plus tard j'ai trouvé de la coke dans la cave il m'a dit c'est festif .. je savais qu'il avait été en cure de désintoxication à 20 ans c'était son

passé je ne l'ai jamais critique pour ça. Et la après une énième engueulade pour vendre la maison il m'avoue sombrer, qu'il est au fond du trou depuis 2 ans. Moi j'essaie d'avancer en prenant un nouveau travail qui me permet de partir la semaine et revenir le we pour surveiller. Je ne peux le mettre a la porte car il est chez lui, mais il faut tout lui dire. Il arrive a travailler mais en dehors il n'a plus de neurones, il est incohérent, il ment et il est décalé, il est de mauvaise fois, il refuse de me signer une reconnaissance de dettes de plusieurs milliers d'euros. Protégez vous.