© Drogues Info Service - 24 novembre 2026

Forums pour l'entourage

En couple avec un addict à la cocaine

Par Hostile0105 Posté le 25/03/2026 à 11h59

Bonjour, j’écris ici car je suis peu à peu désespérée par ma situation. J’ai 28 ans, je travaille dans le médical. Il y a maintenant 1 an un peu plus j’ai rencontré l’homme avec qui je suis actuellement. Il travaille dans le même service que moi. Il m’avait déjà confié avoir eu des problèmes avec la cocaine dans le passé mais qu’il n’en prenait plus. Des le début je lui avait dit que c’était quelque chose avec laquelle je ne pourrai pas vivre. Qu’il faisait comme il voulait mais que si il prenait de la cocaine moi je partirai.

Notre relation a connu des hauts et bas. On s’est séparer deux fois (pour un mois à chaque fois) sur des sujets autres que la drogue. La dernière séparation il m’a avoué avoir retouché à la cocaine mais qu’il n’en avait pris qu’une seule fois et qu’il avait fait une mauvaise réaction donc il n’a pas retouché. Au mois de novembre dernier (2025), j’ai commencé à me poser des questions concernant une probable consommation de cocaine. Il s’enfermait pour « aller aux toilettes » alors qu’il ne l’avait jamais fait. Puis un jour j’ai fouillé son téléphone. J’ai trouvé dans son contact dealeur qu’il commandait à chaque fois sa conso cannabisme + à chaque fois « 1 de c » comme il l’écrivait. Je ne lui est jamais avoué avoir vu ces messages. Mais plusieurs fois j’ai essayé de lui poser des questions pour qu’il avoue. Ça partait en dispute, me faisait passer pour une folle limite. Et je passais l’éponge.

Un soir au mois de décembre, je suis partie prendre ma douche, j’avais oublié mon masque alors je suis sortie de la douche et là je l’ai pris en flagrant délit, entrain de prendre une trace sur la table de la cuisine. Il a nié pendant les 10 premières minutes puis a finit par avouer. Il m’avait menti à plusieurs reprises. J’ai réfléchit jusqu’au lendemain puis je lui est pardonner en lui disant que c’était la dernière fois. Que je ne voulais plus de mensonge. Il m’a promit.
Quelques semaines plus tard, je lui demande de regarder son téléphone. Je tombe sur la conversation dealeur où il avait demandé de la c encore. Il me jure avoir eu une envie mais ne pas en avoir repris. Ça passe.
Il y a deux semaines, j’ai fouillé son porte feuille et j’ai trouvé un pochon rempli. J’ai craqué et peter un cable. Il a encore fait son mielleux à s’excuser, me promettant d’arrêter. Qu’il allait se prendre en main et prendre un rdv CSAPA.

Depuis je ne suis plus moi même. Je pense à ça tout le temps. J’accepte plus le mensonge, j’ai plus confiance en lui. Je me demande ce qu’il me cache réellement ou qu’est ce que je ne sais pas encore. Je me surprend à angoisser lorsque je ne suis pas avec lui. Je fouille même les poubelles. Je fouille dès qu’il a le dos tourné. C’est malsain. Je l’aime plus que tout mais je ne crois plus en rien de ce qu’il sort de sa bouche. Ça me brise un peu plus à chaque fois. Je me demande quelle sera ma vie finalement.

La semaine dernière il avait son premier rendez-vous téléphonique avec le CSAPA. J’étais au travail alors aucune preuve qu’il l’a réellement fait. Il m’a parlé de comment ça s’était passé le soir mais je ne sais pas s’il ment ou pas. Il m’a dit qu’il devait les recontacter début de semaine prochaine pour prendre un rdv physique. On est actuellement début de semaine et je ne sais pas s’il le fera…

Je trouve des petits débris blancs qui ressemble à de la poudre partout, dans la maison. Mais j’ai l’impression

de devenir folle. Est ce que c’est des restes de nourriture ? De la saleté ? Ou bel et bien de la cocaine ?
Il a toujours eu des troubles du sommeil depuis que je le connais. Il dort peu, il se lève la nuit pour consommer du cannabis. Est ce qu’il prend aussi la nuit de la cocaine ? J’en sais rien mais je suspecte.

Je sais qu’il a toujours le contact de son dealeur que je lui avait demandé de supprimer. Mais il me ment. Me persiste qu’il a supprimé. J’ai tout essayé. On a fait des tests. Il étaient à chaque fois négatif mais je sais qu’il me manipule la dessus. J’ai fouillé son historique internet. Plusieurs fois j’ai trouvé des recherches « combien de temps cocaine dans urines/ salive », « comment fausser test urinaire cocaine ».

Il dit m’aimer plus que tout, vouloir faire sa vie avec moi. Mais je le crois plus. Je ne sais plus quoi faire, comment faire. Il ment tout le temps. Il consomme dans mon dos j’en suis quasiment certaine. Il se mouche beaucoup en ce moment, me dit qu’il doit avoir sûrement des allergies mais j’y crois pas. Il se fait des lavages de nez régulièrement. Il me prend pour une conne.

Je ne sais plus si je doit encore espérer à ce qu’il arrête un jour…

7 réponses

Babacool - 06/04/2026 à 16h19

Bonsoir, je vois que personne ne vous a encore répondu. Je suis désolée de ce que vous traversez.
Nous aussi, nous sommes dans le médical tout les 2, nous aussi, il a un problème avec la cocaïne et aussi aux opiacés. Mais nous ça fait 14 ans que nous sommes ensemble et 3 enfants.

Je compatis avec tout ce que vous traversez. Fouiller les poches, surveiller au wc, les problèmes de santé... j'ai moi aussi beaucoup souffert et je souffre encore. J'ai perdu toute confiance dans l'individu tant il m'a menti.
Vous en êtes début de la galère : les RDV CSAPA pris ou pas pris, la soit disant prise en charge... si vous restez assez longtemps, il est possible que vous voyez une prise en charge en dent de scie, qu'il finisse par vraiment se soigner mais sachez que ça sera les montagnes russes. Un jour ça ira, un jour il rechutera.

Je suis tellement en colère que cette merde existe. Mon message n'est pas très encourageant, il a encore rechuté. Il a perdu son travail, son permis, nous avons d'énormes problèmes financiers et nous avons des enfants là dedans.
Il a suivi SPIP avec une obligation de soin mais les RDV sont trop éloignés, on a du mal à trouver une prise en charge, le dossier bloque en cure (ou il le bloque). L'avenir me fait peur. Je l'aime beaucoup mais c'est très dur à vivre pour moi.

Je vois une psy de mon coté mais ça m'aide pas tellement, j'ai des amis à qui je parle, les gens commencent à savoir ce qui se passe et je suis moins seule à porter ce fardeau.

Le seul conseil que je peux vous donner, si vous tenez à rester, c'est de proposer de l'accompagner, c'est de se montrer ouverte en fixant des limites, par ex, "je ne veux pas que tu consomme chez nous", "je peux être là mais je ne peux pas vivre avec ça". Il faut être patiente, c'est une addiction très difficile. Prenez soin de vous, c'est une vrai galère.

Ma01 - 03/05/2026 à 16h44

Bonjour,
J ai une histoire un peu similaire avec un homme depuis 7 ans. Plusieurs ruptures. La dernière remonte à plus de 3ans. Je l avais quité car il prenait ponctuellement de la cocaïne et pour d autres raisons. Quand on s'est remis ensemble il y a plus de deux ans, il ne prenait plus. Très vite il s est remis à en prendre, d abord ponctuellement puis tous les 15jours(quand on n a pas nos enfants respectifs). Je lui ai imposé de ne pas faire ça devant moi. Il s enferme donc toute la soirée et nuit dans une chambre pour faire ce qu il a à faire. Il regarde des vidéos porno, discutent avec des personnes pour s exciter.
Un jour je lui ai demandé de partir, je ne voulais plus qu il fasse ça à la maison. Ce soir là, j ai mieux dormi, je n étais pas à l imaginer dans la piece d à côté. Je crois qu il a pris peur cette soirée. Peur que je le quitte.

Il a appelé un centre pour se faire aider et à arrêter pendant 1mois
Mais il a vite repris le rythme de tous les 15jours. Je trouve ça dégueulasse ce qu il fait, on a pourtant une sexualité assez épanouie mais non il a besoin d autre chose. Et moi je ne l accepte plus et je n ose pas en parler à mon entourage. Je l aime et j' ai peur qu il le juge, me juge !

Fanfan78 - 07/05/2026 à 00h30

Slt
Je ne vais pas raconter ma vie mais je te conseille sincèrement de discuter posément avec ton mec.
Le fait qu il soit accro n implique pas qu il ne t aime pas ou qu il ne te respecte pas.
Il doit vivre son addiction et le fait de ne pas réussir à arrêter comme un pur échec et est certainement malheureux et peu fier de lui.
Si vous vous aimez, ne vous tournez pas le dos.
Tu peux peut être l aider si tu le peux. Plus de cachotteries, il te dit la vérité et toi aussi. Tu peux aller avec lui aux rdv, l'accompagner quoi.. Vous n avez rien à perdre et tout à y gagner.
Je n ai pas la clé sinon je m en servirai... Je suis accro a la coke depuis qq temps et c dur d arrêter.
Moi je vis seule, je ne fais de mal qu'à moi même mais je suis convaincue que 2 personnes qui s aiment peuvent faire face'ensemble et non séparément.
Petite info, même si tu effaces tes contacts dealers, ils te relancent et te proposent des promos genre 2 achetés 1 gratos. Il a peut être effacé les numéros et les mecs l ont recontacté.
C est très dur pour toi bien sûr mais c dur pour lui aussi. L addiction n est pas du foutage de gueule, c est une maladie.
Je vous souhaite à tous les 2 d y arriver.
Ce serait magnifique et bien que difficile, c est possible.
A+

ZAZALOULOUTITILOLO - 08/05/2026 à 06h45

Bonjour,
Je suis malheureusement dans le même cas que toi avec l'homme que j'aime depuis plusieurs mois.
Je lui ai demandé de faire un séjour en clinique et il l'a fait parce qu'il veut s'en sortir mais malheureusement à peine sorti du centre il a replongé et moi non plus je ne sais pas quoi faire pour l'aider à s'en sortir.
J'ai décidé de rester avec lui et de tout faire pour l'aider mais je ne veux pas sombrer avec lui et j'essaie de me protèger.
Je ne vis pas avec lui et pour moi c'est une chance.
Je sais qu'il veut s'en sortir mais je ne sais pas s'il y arrivera un jour.
Mon seul conseil c'est protège toi car on n'a qu'une seule vie et elle est ce que tu as de plus précieux crois moi.
Le problème est qu'il n'existe aucun traitement de substitution à la cocaïne et que cette merde agit

directement sur le cerveau.
Je te souhaite plein de courage et surtout pense à toi car tu dois être ta priorité.

Lolote7878 - 09/05/2026 à 21h09

Bonsoir,

Je suis en couple depuis 20ans, 2 enfants,
Mon conjoint est tombé dans la cocaïne..festive et ouis celle ci a prit le dessus ...
Je n'y arrive plus a rester là a le regarder dépérir..
Il dort peu, du coup pas efficace au travail.. le week-end et bien il reste la nuit seul avec sa coke et du coup dort la journée ou alors humeur exécrable..
Agressivité +++ mensonge, manipulation...

Je me suis éloignée j'ai le sentiment de l abandonner et en meme temps il ne veut pas sortir de son déni donc je dois aussi penser a mes enfants et moi

Je suis perdu

GeoGeo - 11/05/2026 à 13h46

Bonjour à tous,
Juste un petit message pour vous donner quelques conseils.
Sachez que une addiction ne peut être soigné seul. Il faut absolument être accompagné, être poli, encourager, soutenu et etc… se soigner seul et vous à l'échec.
Mais la première condition pour se soigner, c'est de le vouloir, a priori vu la description, ton conjoint est encore dans le déni, or la première condition pour réussir à sevrage et d'accepter qu'on a un problème et d'en parler. Mais comme tu es dans le médical, tu sais certainement déjà tout ça, mais puis-je le dernier conseil: essaie d'adopter un comportement calme, raisonner et sans jugement. Exactement le même comportement que tu as dans le milieu professionnel. Si ton conjoint ne se sent pas juger, épier surveillé, il acceptera d'en parler et d'avancer vers la guérison..
Après je peux vous rassurer, en vous disant qu'une addiction est une addiction qu'elle soit liée à la cocaïne à l'alcool, à toute autre chose comme le sucre par exemple ou le jeu, c'est pareil, la perte de contrôle est identique . (si ça peut un peu vous rassurer.)
La guérison ne sera jamais totale. Sachez-le d'ailleurs on parle pas de guérison pour une dépendance mais d'abstinence. Pour la cocaïne. On considère être abstinent totalement après un an de sevrage.
Le jour où ton conjoint décidera de sauter le pas de reconnaître et de tout faire pour s'en sortir la première chose et de changer son numéro de téléphone, c'est-à-dire possibilité d'être contacté par un dealer car il n'aura pas le nouveau numéro sans ça impossible. La tentation sera toujours là d'aller dans le répertoire.
Je vous souhaite beaucoup de courage, aimez-vous très fort soutenez-vous et vous n'en ressortirez que plus fort.

Lolote7878 - 11/05/2026 à 16h03

Geogeo
Merci pour vos conseils,
J ai l impression que vous me connaissez je travail bien dans le médical mais je ne l avais pas mentionné

Je suis d'accord pas de jugement, de surveillance .. mais quand ca marche pas! Que la personne avec qui vous vivez vous ment droit dans les yeux alors que cela se voit que la personne a consommé

A un moment faut bien changer de comportement ?

21ans de vie commune bien sur que j ai essayé de l'accompagner mais apres si ca marche pas est ce a moi de souffrir ??
2 retrait de permis, il ment part et rentre a pas d'heure, que faire alors si la séparation n'est pas la meilleure idée?