© Drogues Info Service - 24 novembre 2026

Forums pour l'entourage

Quelle aide quand on boit excessivement mais pas tous les jours?

Par Altair Posté le 02/07/2026 à 11h43

Bonjour, je m'adresse à vous car je ne sais plus vers qui me tourner. J'ai 48 ans et mon compagnon de 47 ans avec qui je vis depuis 15 ans a de gros problèmes avec l'alcool.
Pour faire bref, il boit environ 2 fois par semaine mais de manière très excessive, il est capable de boire 10 pastis bien dosés + 2 ou 3 bouteilles de 75 cl de bière à 7° et ensuite se vider un cubi de 3L de rosé. Et il est toujours debout là où beaucoup serait en coma éthylique. Par contre il est en trou noir et a des hallucinations et délires paranoïaques. Il connaît son problème, ne veut pas être comme ça, mais malgré de graves conséquences sur notre vie, les dangers, la culpabilité...il n'arrive pas à gérer sa conso.
Il a déjà vu un addictologue il y'a 6 ans qui lui a dit qu'il n'y a que la volonté et qu'aucun médicament ne fonctionne quand on ne boit pas tous les jours.
On a revu ensemble son médecin traitant au mois de mars et même discours : il n'est pas alcoolique car il ne boit pas quotidiennement (!??), et pas de médicament possible, juste la volonté.
Bilan: augmentation de sa dose d'anti-dépresseur et c'est tout...ce qui n'a rien changé.
Je trouve cela très léger et j'aimerais savoir si c'est bien de l'alcoolisme sachant qu'il peut se passer de boire 3 jours max et ensuite il est dépressif et nerveux s'il n'a pas sa dose qu'il prend comme une récompense ?
Peut-on prendre un médicament pour freiner l'envie irrépressible quand on ne boit pas tous les jours? Ou faut-il vraiment être dans une situation d'alcoolisme quotidien ?
Y'a t'il d'autres solutions ?
Merci pour votre aide, vos témoignages ????????
Je précise que j'ai voulu prendre rdv pour moi ce matin au centre d'addiction proche de chez moi mais ils sont en vacances jusqu'au 31/07 donc je dois patienter.

1 réponse

---

claralou - 22/07/2026 à 20h37

Bonjour Altair,

Pour mon ex-compagnon, la prise en charge à l'hôpital, avec un suivi par un psychiatre et un psychologue, l'a beaucoup aidé à se pencher sur les raisons qui le poussaient à boire. Il a réussi à tenir un temps, mais il a malheureusement rechuté. L'alcoolisme évolue souvent par vagues, et c'est très difficile à vivre pour l'entourage.

Je vous conseille vivement de participer à des réunions destinées aux proches. Vous pouvez en trouver en visioconférence sur le site d'Al-Anon. Il existe également des groupes en présentiel dans certaines villes.

Il n'y a pas de recette miracle, mais le partage d'expériences fait beaucoup de bien. Cela permet de se sentir moins seule et d'entendre les témoignages d'autres personnes qui vivent des situations similaires.