© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Forums pour l'entourage

Comment aider un proche ?

Par Profil supprimé Posté le 12/11/2013 à 10h04

Bonjour.

J'ai lu ce site durant de nombreuses heures afin de comprendre tout le problème lié à la drogue et plus particulièrement au cannabis.

En effet, j'ai un proche qui connaît une dépendance au Cannabis. Cela a commencé il y a maintenant 3 ans. Cette personne est rentré en cure mais n'a pas tenu plus de 6 jours. Quelques semaines plus tard, une rechute survient et au final la consommation de cannabis augmente considérablement (Entre 15-20 par jour). Même opération, passage en cure avec sevrage pendant 3 semaines, donc cure réussie, puis post-cure d'une semaine. La sortie est réussie, aucune consommation. Et voilà qu'un mois et demi plus tard, la rechute survient encore une fois et la consommation tourne autour de 2 joints par jour.

Connaissant un peu ce problème, on commence à 1, puis 2, puis 3 et ainsi de suite.

Bref, j'aimerais trouver les moyens d'aider ce proche à s'en sortir réellement. J'ai été voir l'addictologue qui le suit en sa présence et celui-ci lui a déconseillé de refaire une cure car l'intervalle de temps (Sortie de cure en Juillet) était trop faible. Il a mis en place un rendez-vous par semaine afin de suivre l'évolution.

Cependant, ça ne suffira jamais selon moi. Je pense que la meilleure solution à l'heure actuelle est de repartir en cure pendant quelques semaines (même si l'addictologue prétend le contraire) et changer totalement l'environnement qui n'est pas sain. Est-ce une bonne solution ?

Merci !

3 réponses

Profil supprimé - 14/11/2013 à 11h43

Bonjour Clowniste,

Merci tout d'abord d'avoir laissé votre message dans nos forums. J'espère que d'autres Internautes vont avoir l'occasion de vous répondre.

Je suis un peu surpris que votre proche ait pu ainsi aller plusieurs fois en cure de plusieurs semaines "juste" pour du cannabis. Cependant pourquoi pas en effet, s'il est très dépendant et si les médecins craignaient une décompensation psychique de sa part. Faire une "cure" dans un milieu protégé permet de faire un break mais

n'est pas une solution miracle comme vous le constatez. Il semblerait que dans son cas il soit conseillé de prévoir aussi une aide en dehors de la cure, un soutien psychologique qui lui permette de gérer l'envie d'en reprendre, de mieux réagir en cas de rechute et de faire un travail sur lui-même.

Arrêter en milieu protégé est facile mais c'est arrêter dans le milieu habituel de vie qu'il faut surtout réussir. La solution d'aider un usager dans son environnement habituel est donc peut-être moins évidente mais si elle réussit il y a des chances que l'arrêt soit plus long. Mais aussi peut-être qu'arrêter est pour l'instant trop difficile pour votre proche ? A ce moment-là ne faudrait-il pas tout d'abord envisager une aide pour l'aider à garder le contrôle de ce qu'il fait et à consommer moins ? Enfin qu'en est-il de sa motivation après ces deux échecs ? Veut-il toujours arrêter ?

Pour votre proche en tout cas la solution de la "cure" semble être de trop court terme pour l'instant pour réussir. Il y a vraisemblablement d'autres choses à installer et à renforcer chez lui afin qu'il soit dans les dispositions qui lui permettront de réussir enfin. Laissez à l'addictologue le temps de l'aider à comprendre ce qui s'est passé, comment éviter que cela ne se reproduire et à renforcer sa confiance en lui et sa motivation.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 18/11/2013 à 10h53

Merci pour votre réponse.

Comme je l'avais indiqué, il a rechuté depuis un mois et demi et l'addiction devient de plus en plus difficile à contrer. Il vient de prendre rendez-vous à l'Hopital de la Salpêtrière afin de voir ce qu'ils peuvent faire.
Son envie de s'en sortir est présente mais compliqué de s'en sortir quand son corps demande sa dose quotidienne ...

Vous parlez d'un accompagnement, d'un suivi, c'est une bonne chose. Doit-on aussi lui conseiller de déménager afin de changer son environnement qui n'est pas vraiment sain (voisins consommant du cannabis ...) ?

Encore merci pour votre réponse.

Bonne journée !

Profil supprimé - 18/11/2013 à 13h33

Bonjour,

Les relations "amicales" créées dans le cadre d'une consommation de drogues sont souvent, effectivement, à l'origine de rechutes chez les usagers. Couper les ponts avec certaines personnes pour ne pas être tenté peut donc faire partie de ce qu'il est nécessaire de faire pour réussir. Cependant de là à conseiller de déménager et de bouleverser sa vie, ce conseil ne peut pas être donné ainsi car c'est au cas par cas que cela se juge. Changer d'environnement facilite peut-être certaines choses mais peut aussi être source d'autres problèmes : solitude, désinsertion sociale, perte d'emploi, etc. C'est vraiment à la personne concernée d'en décider.

Si elle est vraiment déterminée à arrêter et qu'elle sent que ses relations amicales l'en empêche, il est de toute façon probable qu'elle fera d'elle-même le tri autour d'elle.

Cordialement,

le modérateur.