

Comment aider une personne à se sortir des drogues ?



Vous êtes-vous déjà demandé comment vous pourriez aider votre frère, votre sœur, votre mari, votre femme ou votre ami à se sortir des drogues ? Que faut-il faire et quel traitement choisir ?

La première chose à faire serait d'amener la personne au prise avec un problème de drogue à **prendre la décision d'arrêter les drogues**. Une bonne intervention, qu'elle soit faite par la famille ou par un professionnel, atteindra cet objectif. Choisissez le bon moment, un moment où la personne a un "down". Le message doit être clair : " Nous t'aimons mais tu dois faire ce qu'il faut pour t'en sortir." Ne compatissez pas et soyez ferme. Il est question de sauver une vie.

Puis il faudra vous occuper de l'aspect physique du problème de drogue. Vous devrez **aider la personne à surmonter les symptômes de sevrage**, ces réactions physiques et mentales qui apparaissent dès qu'une personne arrête de consommer des drogues. La peur de souffrir pourrait faire reculer le toxicomane. Il aura besoin d'être rassuré et traité avec soin et respect. Que le sevrage soit fait en clinique ou à la maison des actions seront entreprises, des moyens naturels ou médicaux, pour atténuer les symptômes de sevrage. Après avoir réussi son sevrage, le toxicomane se stabilisera un peu. Il recommencera à dormir et à manger normalement. Son corps aura repris un certain équilibre.

Mais ce n'est pas suffisant. Les drogues ont fait leur ravage à l'intérieur. La personne a été endommagée physiquement. Son corps n'est plus le même. Des résidus de drogue se sont accumulés dans les tissus gras et les cellules de son organisme et y resteront pendant des années à moins qu'ils ne soient éliminés.



Ces résidus continueront d'affecter le bien-être et la santé physique et mentale de la personne. Ils seront la cause première des "fortes envies" de drogue que la personne finira, la plupart du temps par combler. Et nous voilà avec une rechute, si fréquente chez les toxicomanes.

Cet aspect physique, s'il n'est pas solutionné, demeure une barrière très importante qui pourrait empêcher le toxicomane de se sortir des drogues et le fera échouer. **Une désintoxication en profondeur** qui débarrasse l'organisme de tout résidus de drogues complètera un bon programme de désintoxication et réparera les dommages physiques causés. La personne se sentira bien physiquement, sera en forme et aura retrouvé son énergie.



Malgré les résultats spectaculaires obtenus lors d'un programme complet de désintoxication, il reste à **réhabiliter la personne**. L'aspect spirituel du problème de drogue, le côté "humain" doit être adressé. Il faut donc aborder la ou les raisons sous-jacentes à la consommation de drogues. Puis la personne doit apprendre à vivre une vie sans drogue et doit acquérir les outils et les habiletés nécessaires pour réussir sa vie. C'est tout un travail et un apprentissage mais un bon programme de réhabilitation la conduira là.

Un problème de drogue a plusieurs aspects dont il faut tenir compte. Aucun ne doit être négligé. Se sortir des drogues est possible.

Elis.