

Elle l'avait dit qu'elle arrêterait

Aline Tusseuil

Le précieux témoignage d'une infirmière devenue dépendante de la cocaïne, un message d'espoir.

DOMINIQUE FRIARD

Infirmier, superviseur d'équipes.



L'AUTRICE

Née en 1987, Aline Tusseuil, infirmière, a longtemps exercé en psychiatrie dans une unité de soins pour femmes. Initiée par son mari qui en a un usage récréatif contrôlé, elle « rencontre » la cocaïne en 2014. En 2016, alors qu'elle est devenue mère, c'est le début de sa descente aux enfers. En 2024, abstinente depuis trois ans, elle décide d'« écrire pour dénoncer. Écrire pour témoigner. Écrire pour protéger ».

Aujourd'hui « coach de vie spécialisée en addiction », elle accompagne ceux qui « souhaitent retrouver un chemin vers eux-mêmes ». Elle anime un groupe d'entraide sur Facebook : « De l'addiction à la vie ».

L'OUVRAGE

Ce petit livre est celui qu'elle aurait aimé lire quand elle était malade. « Un livre pudique pour préserver au mieux mon intégrité, mais suffisamment explicite

pour rester authentique ». C'est un témoignage, mais écrit à la troisième personne, un message d'espoir à toute personne souffrant d'addiction ainsi qu'aux proches démunis face à cette maladie.

Il n'existe plus vraiment de repères temporels pour une personne sous l'emprise d'une drogue, les souvenirs sont confus. L'autrice a fait le choix de retranscrire le parcours de Julie (son alter ego) en entremêlant dans le temps des faits qui ont marqué son histoire avec la cocaïne. L'ouvrage débute par le récit d'une « crise de manque ». Pour tenter de l'apaiser, Julie avale des anxiolytiques et des somnifères, fume cigarette sur cigarette, termine les fonds de verres d'alcool qui traînent puis finit par s'endormir à même le sol. « Elle est devenue déchet ».

Vient ensuite l'évocation de sa vie au travail. Julie est devenue un boulet pour son équipe. Elle ne pense qu'à « ça », sa dose de cocaïne. Pour éviter de perdre pied, elle a créé une liste de repères auxquels se rattacher, ses possessions : « J'ai toujours mon fils, ma famille, mes amis, une bonne santé, mon travail, un appartement, assez d'argent, une voiture ». Pour se reconforter quand elle va mal, elle énumère les points de sa liste qui se raccourcit inexorablement. Vendra un moment où elle aura tout perdu. Les hospitalisations et les cures se multiplient. Julie, la soignante, se sent au-dessus des autres. « Eux sont malades, elle pas vraiment ». Elle a grandi dans une famille aimante, elle n'est pas une enfant perdue, c'est sa conviction. Un addictologue, suffisamment « sévère », qui l'énerve et lui pose beaucoup de questions, l'amène à remettre en cause cette « enfance dorée », marquée par un

suicide, les addictions à l'alcool de ses oncles et tante, sa volonté d'être parfaite pour préserver son père de tout stress... Julie évoque les médicaments, l'absence de traitement de substitution et puis sa rencontre avec une étudiante en soins infirmier de 3^e année dont elle avait été référente, deux ans plus tôt. La honte l'étouffe.

C'est finalement sa rencontre avec « son sauveur », un psychiatre avec lequel elle a travaillé autrefois, qui est déterminante. Il lui explique qu'il ne s'agit pas seulement pour elle d'arrêter la drogue mais de ne plus en avoir besoin pour vivre. Il passe facilement du rôle d'ancien collègue à celui de psychiatre parce qu'il ne la reconnaît plus : Julie est « délabrée physiquement ». Autrefois, il aimait travailler avec elle mais la trouvait « trop propre sur elle », trop souriante aussi et cela ne présageait rien de bon. « C'est ce sourire qu'elle portait en masque qu'il fallait réussir à traiter. »

Un psychiatre, présent et disponible dans la continuité, un père qui n'a jamais coupé les liens avec sa fille même au plus fort de la tempête, des amis suffisamment fidèles ne suffisent pas à empêcher les mauvaises rencontres, les violences sexuelles, la déchéance physique, une grossesse non désirée et l'avortement qui s'ensuit, les rechutes... Cet entourage constitue une enveloppe qui permettra à Julie de prendre définitivement ses distances avec la cocaïne. Rien de miraculeux dans son parcours, parfois chaotique, mais un effort soutenu, avec des moments de dérapages qu'elle surmonte grâce à cet entourage bienveillant.

L'INTÉRÊT POUR LES SOINS

Aline a choisi une autre voie que la pair-aidance. Son témoignage est d'autant plus inspirant pour les soignants qu'elle a été infirmière en psychiatrie. Comme soignante, « elle avait beau être bienveillante et emphatique » avec les femmes alcooliques et toxicomanes, « elle avait du mal à comprendre comment c'était possible d'être autant dominé par un produit ». Personne n'est à l'abri de l'addiction.

Tusseuil A., *Elle l'avait dit qu'elle arrêterait. Adieu cocaïne*, disponible sur Amazon, 2024.