FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

SOS ALCOOL

Par Profil supprimé Posté le 20/08/2019 à 13h40

Bonjour, j'ai découvert l'alcool depuis une bonne année. Avant j'avais peur de boire mais depuis que j'ai découvert cela par le biais de certaines connaissances j'ai beaucoup changée et je sais pas boire normalement je me retrouve dans des sales situations et vulnérable. Je change de comportement et je fais honte à ma famille.
Je bois pas tous les jours mais si j'ai l'occasion qui se présente je fais pas les choses à moitié...
j'aimerais savoir si je peux changer seule ou comment me faire aider

2 RÉPONSES

patricem - 20/08/2019 à 15h57

Bonjour,

vous pouvez changer seule mais c'est l'aide ne manque pas :
- si vous stoppez l'alcool (ou diminuez de manière significative les quantités), vous pouvez avoir des manifestations de manques dont certaines sont dangereuses. Un accompagnement médical peut aider.
- pour diminuer l'envie de boire, un addicto peut vous prescrire des médicaments.
- pour chercher le pourquoi de cette consommation, un psy peut vous aider.
- enfin, le retour d'expérience d'autres alcooliques peut être précieuse. AA, Vie Libre, Croie Bleue, autre.

Ce serait dommage de ne pas en profiter...

Patrice

Profil supprimé - 23/08/2019 à 17h53

Bonjour clairou,

N'hésite pas à aller voir ton médecin ou un spécialiste, l'alcool est un poison...

Une drogue en vente libre qui te fait tout perdre si tu n'arrête pas à temps...

Moi aussi j'ai pensé pendant des années réussir seul... Ne pre'ds pas cette option, trop peu de gens y arrivent... Va consulter dès que tu peux. Tu verras, la vie est belle, encore plus belle sans alcool !