

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

S'ENTRAIDER DANS L'ÉPREUVE DU SEVRAGE

Par **Otak** Posté le 14/12/2020 à 14h04

Bonjour j'ai 40 ans et j'ai toujours bu depuis mes 16 Ans

Je suis en moyenne à 6 verres par jours et mes analyses de sang montrent que je suis alcoolique. J'avais réussi à arrêter 3 mois même si j'ai compensé par la nourriture ! Et j'ai bêtement repris au confinement en me disant allez une petite bière et au bout de 4 jours je rebovais régulièrement. Le problème c'est que toutes les occasions sont bonnes pour boire. Un coup de blues. Une dure journée de travail. Une bonne journée aussi que l'on va fêter. C'est la pire drogue et c'est légal et ça symbolise la convivialité. Mon entourage s'en fout de mon alcoolisme vu que ça ne dépeint pas sur mes responsabilités mais je sens au plus profond de moi que ça me détruit à petit feu. Quand je dis que j'arrête de boire on est surpris ou on se moque. Sauf que les autres peuvent boire 2 verres et rien pendant 1 semaine que moi plus je bois plus j'ai envie de boire. J'ai essayé des médicaments mais ça me défonce trop... du coup j'aimerais tenter de discuter avec des personnes ayant le même problème à travers le forum et s'entraider pour se sentir moins seul dans cette épreuve.

1 RÉPONSE

Louis - 15/12/2020 à 01h18

Bonjour Otak,

Comme toi, je n'arrivais pas à m'arrêter après mon 1er verre. J'aime bien l'expression : 1 verre c'est trop - 10 c'est pas assez. C'est pour ça que je suis abstinant depuis 20 jours avec la volonté d'être abstinant à vie car quand j'analyse ma situation, l'alcool m'apporte plus de mal que de bien. On n'a plus 20 ans (j'ai 39 ans) à faire la fête avec les amis 3-4-5 fois par semaine. Cela ne me fait plus rire de boire seul et en cachette en quantité toujours plus importante.

Comme toi, j'ai arrêté un peu plus de 3 mois cette année et j'ai replongé à cause de ce foutu 1er verre.

Allez Otak, tu peux encore y arriver !
