

CONSOMMATION EXCESSIVE

Par **Wootang** Posté le 02/01/2021 à 08h55

Bonjour tout le monde. J'ai 44 ans et j'ai un gros souci avec l'alcool. Je ne suis jamais agressif et je ne recherche pas l'ivresse mais j'attaque la bière forte à 7h le matin. Je me culpabilise car je sens le manque dès le réveil. Cela fait quelques mois suite entre autres à séparation amoureuse et une grande solitude (nouveau dans la région, aucun ami et maintenant célibataire). Si quelqu'un est un peu dans mon cas j'aimerais des conseils sachant que j'envisage une hospitalisation de mon plein gré mais ça me fait un peu peur. Merci

1 RÉPONSE

Onycrois - 05/01/2021 à 13h12

Bonjour Wootang

Je ne sais pas si je suis de bon conseil car je ne bois que le soir. Mais peut-être peux-tu essayer de retarder le plus possible cette première bière ?

Cela serait un premier pas et peut-être une première victoire ?

Onycrois
