

CURE ADDICTION ALCOOL ET APRÈS

Par [angeleb81](#) Posté le 14/08/2022 à 02h48

Bonjour,

Mon mari est actuellement en cure à cause de l'alcool (consommation journalière de 6 grande bière 8 degrés). Youpi...

Il est rentré il y a 6 jours et tout se passe plutôt bien selon lui. Sauf que hier il a eu une permission de 8h et là en début de rencontre il me demande de prendre une bière pas forte car possible et ylotest en rentrant et en me soutenant que l'alcool n'apparaîtrait pas sur le test car en 2 heures l'alcool s'en va. Ça m'a clairement gavé! Au final j'ai fait une marche arrière en voiture en lui disant que j'allais demander aux infirmières s'il pouvait boire. Bref il a lâché et céder pour une boisson sans alcool.

Aux courses on lui prend 3 bières sans alcool (et pas les moins cher 5 euros les 3) bref. Je l'accompagne en m'achetant aussi des bières plus à mon goût sans alcool aussi. Et là rebim il remonte à la charge et me demande une bière pas forte. Là blague je lui dit non et je sors du rayon. Bref je suis fière de lui quand même car il m'a écouté et n'en a pas pris. Il aurait pu m'envoyer balader et faire comme lui il voulait. Bref on essaie de passer une bonne après-midi, mais j'avoue que j'ai peur pour son retour à la maison.

Il m'a quand même dit que les bières sans alcool étaient bonnes et que ça lui changeait son avis sur la qualité de ses dernières car il en avait goûté d'autres il y a quelques années et c'était de la "pisse d'âne".
Bref au prix de ses dernières il ne faut pas qu'il s'attende à en boire tous les jours. Quand j'y pense c'est fou que l'alcool soit moins cher que sans alcool. Bref...

J'aimerais votre avis, vos expériences ... quand il va rentrer est-ce que je dois supprimer toutes bouteilles d'alcool des placards ou non? J'ai pratiquement toujours une bouteille de vin pour la cuisine et du rhum pour les crêpes.
Est-ce que moi-même je dois m'abstenir ? (car je ne cache pas que un verre de temps en temps est appréciable)
S'il le faut je le ferais car je peux très bien trinquer avec un bon jus de pamplemousse bien frais.

Et quand est-il sur la capacité d'un alcoolique à retourner à une consommation sociale. S'il reboit une bière quel est le pourcentage de risque pour qu'il retombe dedans. Y a-t-il un délai moyen d'abstinence avant de reconsommer normalement.

Bref pleins de questions tournent dans ma tête. J'avoue avoir peur.

19 RÉPONSES

[Fleur2Lys](#) - 18/08/2022 à 09h16

Bonjour Angele,

Je ne peux pas répondre à toutes vos questions car mon conjoint n'a pas encore fait de cure mais il passe bientôt un entretien avec un médecin pour en rejoindre une.

Néanmoins, il a déjà tenu un an d'abstinence par sa seule volonté et je peux donc vous partager mon retour d'expérience sur cette période.

Concernant la consommation de bière sans alcool, il en buvait de plusieurs sortes et de qualité qu'on allait chercher dans des magasins spécialisés dans la vente de bières ou qu'on trouvait au supermarché. De son point de vue, ça ne vaut pas une bière avec alcool et ça peut parfois créer une frustration car le cerveau n'est pas dupe et comprend bien que l'alcool et l'effet voulu n'y est pas.

Néanmoins, cela permet tout de même de compenser un peu et de préserver un plaisir qui reste innocent.

Concernant ma propre consommation et la présence d'alcool à la maison : je ne bois pas et il n'y a aucune bouteille dans les placards. Ne pas boire n'est pas compliqué pour moi et ce n'est pas une privation mais si je dois céder à un cocktail ou un verre de cidre, par exemple, je préfère le faire durant mes sorties sans lui.

J'évite les recettes avec alcool et si cela est vraiment nécessaire j'essaie d'opter pour les petits formats et je jette le reste.

Evidemment tout ceci dépend du profil du consommateur, mon ami a beaucoup de difficulté à s'arrêter dès qu'il dépasse 3-4 bières de 5 degrés et ensuite il s'évertuera à vider tout son stock quitte à s'écrouler avant. Je préfère donc ne pas rajouter de tentation dans la maison.

Pour ce qui est de l'après-cure et la reprise d'une consommation normale, je vous partagerai surtout des informations glanées ci et là.

C'est important de continuer un suivi après la fin de la cure. Durant cette période, l'alcoolique est dans un cocon, protégé du stress et des tentations de l'extérieur. Parfois, certaines personnes rechutent dès le jour de leur sortie. La cure n'est pas une solution miracle mais elle

permet tout de même d'aider des gens.

Peut-être influencée par les témoignages d'AA, j'ai tendance à penser que le 0 alcool est la clef mais cet objectif est parfois vertigineux pour un alcoolique. L'alcool est, au début, une réponse à un autre mal. Si cet autre mal est traité en thérapie, peut-être qu'une consommation normale est possible. Toutefois, quand certaines habitudes ont rythmé la vie d'une personne des années, elles sont compliquées à effacer et l'alcool se rappelle très bien à ses victimes. Combien d'histoires où des personnes étaient abstinentes depuis des années, ont cédé à un verre et ont replongé ?

En somme, il n'y a pas de réponses toutes faites, cela dépend de chacun et de votre ressenti sur ces sujets. À mon avis, vous devriez également vous renseigner auprès du personnel de la cure. Peut-être pourront-ils vous fournir quelques indications. Ils auront l'avantage de connaître le profil de votre mari.

Quoiqu'il en soit, reprenez déjà qu'il est en cure. Il reconnaît son problème et il essaye d'aller mieux. C'est déjà un grand pas. En tant que conjointe, même si c'est dur, il faut aussi travailler sur soi pour réapprendre à faire confiance et ne pas craindre le mal à chaque instant. L'alcool prend beaucoup à l'être aimé et nous donne angoisse, peur et colère. On a chacun nos combats.

Je vous souhaite bon courage et n'hésitez pas à partager votre retour sur cette cure. (Sans vouloir détourner le sujet de votre fil, mais cela m'intéresse du fait d'y être confrontée prochainement)

angeleb81 - 18/08/2022 à 11h12

Merci Fleur2Lys pour votre témoignage.

Alors chaque jour est différent pour nous, j'ai eu mon mari en ligne ce matin et il est à sa deuxième semaine de cure.

Il se porte relativement bien. J'avoue qu'il me surprend car en plus de s'arrêter de boire il a même mis un patch pour diminuer sa consommation de cigarette. La cure a l'air de lui être profitable et lui donne les moyens de se reprendre en main.

Il a même assisté à un rdv d'aromathérapie, rdv avec organisme d'AA et cours de relaxation avec musique douce et exercice de respiration. Il a même téléchargé la musique pour le faire à la maison.

Il boit même de la tisane le soir et à l'air d'apprécier. Cela fait 24 ans que je le connais et je crois ne l'avoir jamais vu boire une tisane. Je le trouve changé dans ses paroles et son mental. Maintenant cela restera un combat journalier quand il va rentrer à la maison.

J'ai l'impression qu'il y voit plus clair dans ses pensées.

Maintenant pour l'alcool à la maison, je crois que je ne ferais pas de réserve pour la cuisine et j'achèterais soit le jour voulu pour tel ou tel plat et en petite quantité. Et moi, je vais passer au cocktail sans alcool comme ça pas de tentation pour mon mari.

Après sa cure il va avoir des rdv réguliers avec son centre, je crois 2 demi journées par semaine et ira aux réunions je pense pour continuer dans sa nouvelle voie. J

Je pense effectivement qu'il se rend compte à lui-même et fait tout pour s'en sortir et c'est génial. Il m'a même dit que si il pouvait faire une semaine complémentaire il l'a ferait. C'est bon signe pour moi.

Je sais aussi qu'il pourrait partir en post cure pour 3 mois mais cela implique de partir loin de la maison et il ne le souhaite pas. Je peux le comprendre vu nos loulous de bas âges 4 et 6 ans.

Pour sa cure actuelle, vous aurez certainement droit à deux visites en journée à votre mari ou conjoint.

Je peux vous donner d'autres informations si vous le souhaitez on peut se suivre!

patricem - 18/08/2022 à 13h38

Hello,

les super marchés vendent effectivement du vin en petite brique : cela permet de faire la cuisine mais il ne reste pas grand chose ou rien.

Et recherchez sur certains sites de ventre en ligne le terme mocktails. Il y a les classiques (virgin colada, virgin mojito, etc) mais aussi pas mal de recettes à base de ginger ale (pas d'alcool dedans, c'est une limonade) ou équivalent : cela a le mérite d'être bon, une petite habitude peut être à prendre, et cela ne rappelle pas des choses connues. Par contre, que de sucre...

Courage,

Patrice

angeleb81 - 18/08/2022 à 15h22

Merci Patricem je vais voir ces mocktails. Je ne connaissais pas le mot j'avoue. Oui le sucre... c'est encore un autre sujet. Hihhi de temps en temps ça ira

angeleb81 - 24/08/2022 à 13h46

Bon résultat, mon mari est rentré lundi apm de sa cure et aujourd'hui mercredi il me dit que j'ai pas confiance en lui et me soutient ne pas avoir bu. Il accepte de se soumettre à un etylo test et là positif. Pfff c'est déprimant.

Fleur2Lys - 24/08/2022 à 23h40

Bonjour Angele,

J'imagine sans mal la déception qui vous anime. Néanmoins est-ce que vous avez pu échanger tous les deux sur le pourquoi de cette rechute ? Y a-t-il eu une occasion qui s'est présentée à lui ? Le retour à la liberté et ses tentations ? La routine qui se rappelle à lui du fait de son environnement retrouvé peut-être ?

Dans votre précédent message, vous me disiez qu'il allait continuer un suivi post-cure, c'est un travail de longue haleine. Je vous souhaite qu'il ne s'agisse là que d'un faux pas et que sa détermination à s'en sortir reste ferme.

Savez-vous ce qu'il a bu ? La victoire vous semblera peut-être mince s'il n'a fait que réduire sa consommation mais c'est déjà un pas. Il est conscient de devoir rebâtir votre confiance et peut-être doit-il aussi réapprendre à se faire confiance.

Quoiqu'il en soit, n'hésitez pas à prendre du temps pour vous pour digérer ces derniers événements. En tant que conjointe d'un alcoolique, les montagnes russes émotionnelles sont malheureusement fréquentes...

angeleb81 - 25/08/2022 à 10h10

Bonjour Fleur2Lys,

En fait lundi et mardi il a bu des bières sans alcool. Cela me va quoique je doute que ce soit une aide à l'abstinence du fait d'une qu'elles soient vendue à côté des bières, du goût qui reste présent et du packaging...

Mardi il a bougé mais en revenant il paraissait bien donc je lui ai fait confiance malgré qu'il soit parti un peu trop longtemps à mon goût.

Et hier, il me dit qu'il a croisé un collègue au bar tabac. Et qu'il aurait bu qu'une bière en pression du coup. Mais sincèrement il sait très bien mentir donc?? Et là ce matin il ne veut pas trop en parler et m'a dit qu'il ne voulait toujours pas aller en post cure mais cela m'est difficile de vivre avec ce poids. Bref je lui ai bien rappelé que les seules personnes qui ont pris des nouvelles chaque jour à sa cure c'était moi et les enfants et nos parents, mais certainement pas son collègue. Il m'a dit aussi qu'il avait demandé une bière sans alcool au bar et qu'il en avait pas... ??? Hihihi je lui ai rappelé qu'il vendait des cafés et là il me répond je n'y ai pas pensé.

En fait, je me demande si je suis plus déçue par sa consommation ou par ses mensonges. Là ce matin je lui ai dit que je l'accompagnerais à ses sorties au bar tabac et aux courses mais je sais que ce n'est pas une solution définitive car s'il veut vraiment consommer il consommera.

Après il fait des efforts car il a accepté de faire un etylo test et ça cela me confirme que je ne dois pas lui refaire entièrement confiance et que je dois me fier à mon instinct et à mon odorat. Lol

Et en plus il n'a rien ramené à la maison mais je ne veux pas qu'il se mette à boire en dehors non plus car c'est loin d'être une solution.

Oui les montagnes russes... et vous le rdv de votre conjoint est quand? Comment allez-vous?

Fleur2Lys - 25/08/2022 à 19h46

Personnellement, je sais que je préfère qu'il soit honnête sur sa consommation plutôt qu'il me mente. Dans les deux cas, je serais déçue mais l'un, je saurais me dire que c'est sa maladie et non lui.

Pendant une période, j'ai accompagné mon conjoint quand on faisait les courses. J'ai évité les situations où il pouvait être tenté et j'ai finalement beaucoup pris sur moi pour le préserver. Au final, ça n'a pas fonctionné, je l'ai déresponsabilisé et j'ai culpabilisé les fois où je n'étais pas présente.

Il ne faut pas oublier que nous sommes leurs compagnes, non leurs mères ou leurs infirmières. Nous ne sommes pas des gardes-fous non plus. Je sais qu'on espère bien faire ainsi mais on endosse un problème qui n'est pas le nôtre et qui, pourtant, nous affecte déjà beaucoup.

Concernant mon histoire, son rendez-vous pour une cure n'est pas pour tout de suite. Lundi, il a rendez-vous au Csapa mais c'est un entretien avec un infirmier pour renouer le suivi qu'il avait rompu ces dernières semaines pour cause de travail.

Si le rythme de ses entretiens reprend comme auparavant, deux semaines plus tard, il verra la psychiatre et j'imagine que c'est elle à nouveau qui relancera la machine pour obtenir l'entretien d'entrée en cure. Avec un peu de chance, il y mettra peut-être les pieds avant 2023.

À dire vrai, j'ai peu d'espoir sur le résultat d'une cure vu son profil mais je crois qu'on a épuisé tous les autres recours. Mieux vaut ça que plus rien ?

Actuellement, il est alcoolisé non stop depuis samedi soir. J'aimerais voir le bout de cette rechute mais il ne semble pas pressé d'y mettre un terme. On verra bien. Demain est un autre jour, après tout.

J'espère que votre mari écoutera vos paroles et qu'il se montrera plus raisonnable vis à vis de la post-cure. Sachant qu'il est également père, il y a quand même de forts arguments pour le faire réfléchir !

angeleb81 - 27/08/2022 à 14h30

Bonjour, Fleur2Lys, toutes, tous,

Vous êtes courageuse de le voir alcoolisé depuis samedi. Quand vous dites non stop j'avoue que je compatis et vous envoie mes meilleures pensées.

Pour votre mari, il passe par l'infirmière du csapa et après le psychologue pour ensuite la cure.

Alors moi j'avoue que l'on a court-circuité le système. En fait mon mari aussi a eu son premier rdv avec l'infirmière mais j'étais présente au rdv sur demande de mon mari. Il a insisté auprès de l'infirmière pour que je sois présente sinon c'était lui tout seul.

Et au rdv elle me disait que cela pouvait prendre 1 an avant qu'il se décide. J'ai dit à mon mari non j'attendrais pas un an... bref au final elle lui a redonné un rdv un mois après mais vu mon insistance elle a donné le numéro de téléphone du docteur du centre pour demander une entrée en cure. J'ai insisté auprès de mon mari et il a enfin cédé environ une semaine après le rdv de l'infirmière pour appeler le docteur. Bref au final il a fini sa cure lundi qui était le jour en principe où il devait revoir l'infirmière. Donc moral quand on se donne les moyens on peut! Par contre cela ne garantit pas le résultat final.

Aujourd'hui, on s'est reprimé la tête car je ne lui fait plus confiance. Pour résumer, il voulait remettre de l'essence dans son scooter et pour me montrer sa bonne foi il me donne sa bourse et prend juste la cb. Bref...

Il me dit de récupérer des papiers dans son sac et là je vois au fond une pièce de 2 euros. Je lui dis qu'il est malin et là engueulade. Au final, il refuse d'aller mettre de l'essence car "je ne lui fais pas confiance" alors que de base il voulait prendre son scooter pour se libérer l'esprit en roulant. Il me dit qu'il ne savait même pas qu'il y avait cette pièce au fond. Bon moi je doute toujours, il m'en a fait tellement voir.

Comment dois-je faire pour que ma confiance revienne? le temps, autre conseil.

En fait c'est toujours compliqué ...

Au final il s'est mis au jardin.

Vous êtes comment niveau confiance, est-ce encore un moyen de pression de cette maladie post cure?

Fleur2Lys - 07/09/2022 à 17h00

Bonjour !

Navrée pour la réponse tardive. J'ai repris le travail le 29 août et gérer le pro et sa cuite qui n'en finissait pas s'est avéré compliqué. Au moins quand j'étais en congés, je quittais la maison mais étant en télétravail, mon bureau est notre chez nous.

Aujourd'hui, il entame son 7e jour de sobriété. Il tente un mois sans alcool. Il a conscience d'être encore allé très loin cette fois. Durant une de ses journées de saoulerie, il a demandé à se faire hospitaliser mais une fois aux urgences, sa phobie du monde médical a pris le dessus et j'ai dû retourner le chercher.

Pour répondre à votre question sur la confiance. J'avance au jour le jour. Il y a parfois des moments où les choses sont simples et parfois elles ne le sont pas. J'ai parfois des inquiétudes dans certaines situations mais j'essaie de les faire taire pour notre bien à tous les deux. C'est un être humain. Je ne peux pas contrôler ses faits et gestes. Ce n'est sain ni pour lui, ni pour moi. Il fait des efforts. Je reste à ses côtés. Il n'a pas coupé à la discussion post-cuite dans laquelle on fait le point sur ce qu'il rate, ce qu'il fragilise avec son comportement, comment j'ai vécu les jours précédents et le soulagement que chacun de nous éprouve avec le répit qui nous est offert.

Je ne sais pas comment vont évoluer les choses. Je sais que son passage aux urgences l'a refroidi pour la cure. À côté, il semble déterminé à tenir son défi du mois sans alcool voire à le poursuivre au-delà. Nous verrons bien.

Et vous de votre côté ? Comment se présentent les choses ? La situation a-t-elle évolué ?

patricem - 08/09/2022 à 10h52

Bonjour,

Le passage aux urgences peut parfois être assez désagréable, pour ne pas dire plus. Il m'est arrivé de passer une nuit complète sur un brancard, dans un couloir, sous un néon. Un infirmier passait de temps en temps pour redonner du valium. Et le lendemain, sortie, pas d'ordonnance, rien.

Normalement, la cure, en hôpital, est gérée par le service de gastro, qui passe rapidement la main à un service ou une clinique spécialisée en post cure. L'idéal, de mon expérience, c'est de tout faire dans la clinique (attention quand même à ce que la mutuelle suive, j'ai eu une fois une mauvaise surprise). Et il faut bien choisir la clinique : certaines ont un cadre qui peut être très accueillant.

Courage,

Patrice

angeleb81 - 08/09/2022 à 14h31

Bonjour fleur2lys,

Alors je rejoins Patricem sur les urgences cela n'a rien à voir avec la cure en hospice. Déjà s'il rentre en cure il aura sa chambre et le service hospitalier est aux petits soins. Je ne veux pas dire que les urgences ne le sont pas mais ils ont beaucoup de cas à traiter dans l'urgence et pas des moyens nécessaires à une bonne prise en charge humaine.

Mon mari avait une chambre pour lui tout seul, il était suivi et encadré et il aurait même pu faire une 3ème semaine selui lui tellement il était bien. On l'écoutais, il écoutait et cela l'a bien sorti de son contexte.

Arrêter à la maison lui paraissait insurmontable et franchement le connaissant je ne le voyais pas réussir seul.

Depuis qu'il est revenu il n'y a eu qu'un écart il a bu 1 fois mais pas à se mettre mal! Et apparemment depuis il s'y tient. Franchement le calme est revenu à la maison, les enfants ont vraiment changé envers lui en mieux biensûr, et il est plein de bonne volonté et de projets nouveaux... en tous cas, cela va nettement mieux.

Après il y a toujours des doutes qui persiste au moindre changement de comportement. Bon après mon mari fume du cbd en plus du suivi médical et des comprimés pour atténuer ses envies! Son comportement n'en est que plus calme et le cbd je peux tolérer car cela ne le rend pas agressif!

Je précise aussi qu'il boit toujours des bières sans alcool tous les jours (certaines sont plus à son goût que d'autres).

C'est bien que votre conjoint réussisse à s'arrêter seul. Est-il aidé ou suivi en plus? S'il réussit son mois sans alcool autant qu'il continue 😊 pour lui et pour vous et votre avenir... je sais on espère toutes choses que nos moitiés aillent mieux. Une journée à la fois! Molo! Hihihi

Ha le télétravail c'est bien quand tout est calme à la maison. Sinon c'est trop compliqué!

Dans l'attente de vous lire et à bientôt.

Fleur2Lys - 09/09/2022 à 09h07

Bonjour Patrice, bonjour Angele,

Il a, en effet, connu de mauvaises expériences à l'hôpital. Il a déjà été sanglé car il paniquait à patienter dans un couloir. Il a aussi passé une nuit dans une aile psychiatrique après avoir menacé de se faire du mal où il s'est senti abandonné et maltraité. Personne ne lui a donné à boire ou conduit aux toilettes alors qu'il demandait.

Je comprends bien que le personnel médical est débordé mais ça n'empêche que leur surmenage et leur sous-effectif les amènent parfois à maltraiter des patients ou même des proches. De ma propre expérience, il m'est arrivé de culpabiliser car on me reprochait de ne pas réussir à limiter la consommation de ma moitié.

Il est aussi un adepte des fugues quand l'attente lui devient insupportable. Je n'ai jamais eu un appel des hôpitaux pour me demander s'il était rentré après ses disparitions.

Bref toutes ces visites dans le milieu médical, que je ne côtoyais pas auparavant, me font constater que notre système de santé est en déroute et je peux comprendre le pourquoi de sa phobie. Néanmoins, j'aimerais bien qu'il ne renonce pas à la cure. Une clinique me semble plus appropriée mais sur ce sujet, j'ignore s'il a définitivement tiré un trait sur l'idée ou s'il y songe encore.

Quoiqu'il en soit, il continue son défi de sobriété et c'est déjà bien. Je pense qu'il commence sérieusement à s'inquiéter de sa santé. Ses cuites s'accompagnent maintenant de douleurs au foie qu'il n'avait pas avant. Or quand il ne boit pas, c'est quelqu'un qui prend énormément soin de lui que ce soit via l'alimentation ou le sport.

J'espère que son envie d'aller mieux se maintiendra au premier plan et balayera les envies à venir! Et pour vous répondre, il est suivi par le Csapa mais il n'a pas pu se rendre à un rendez-vous depuis juin environ (travail, cuite...). Du coup, il réalise son sevrage seul mais il a du valium pour l'aider à surmonter les différents symptômes du manque. Aujourd'hui est son 9e jour et il commence à retrouver un sommeil sans insomnies ou cauchemars.

Je suis contente de lire que les choses se passent bien avec votre mari et les enfants. Il doit être plus serein par rapport à votre famille et je vous souhaite qu'il poursuive sur cette bonne voie! J'imagine qu'il a pu profiter de la rentrée de vos enfants. C'est une belle motivation de ne pas rater les moments importants des uns et des autres.

Profitions de ces moments de paix et continuons à avancer un jour après l'autre! Bonne journée à vous

patricem - 09/09/2022 à 10h51

Bonjour,

petit retour sur le CDB : j'en consomme sur prescription médicale. En gélule donc avec un dosage constant. C'est un puissant anxiolytique, cela atténue pas mal les douleurs et il n'y a pas d'accoutumance. Cela peut aider un buveur.

Bonne journée,

Patrice

angeleb81 - 09/09/2022 à 12h36

Bonjour fleur2lys,

Oui profitons de ces temps serein qui je l'espère dureront!

Votre ami a l'air très angoissé de nature car il fugue en étant à jeun ou alcoolisé? Il faudrait peut-être traiter cette anxiété en plus! C'est

peut être déjà le cas?

Le valium de ce que j'ai compris c'est pour le manque. Mon mari n'en a pas pris plus de 5 ou 7 jours je ne sais plus trop. La durée dépend certainement des personnes et de la consommation.

Maintenant moi il prend juste du hydroxyzine, pour lutter contre les envies. Et bien sûr du cbd en fleurs donc à fumer. Je sais que c'est pas l'idéal pour sa santé mais le quotidien en est énormément amélioré.

Bonjour Patrice,

Je ne pensais pas que l'on pouvait obtenir du cbd en gélules sur prescription médicale. Pensez-vous que les fleurs sont aussi prescriptibles ? Il faut que j'en parle avec mon mari car cela ferait de bonne économie à moi que cela ne soit pas remboursable. Je ne sais pas il faut que je me renseigne.

Du coup fleur2lys, cela aiderait peut-être votre ami aussi, à réfléchir !

Nous pour l'instant, mon mari profite de sa nouvelle vie sans alcool et je pense que cela lui convient. Cela doit être dur pour lui mais il ne le fait pas voir. Et nous on aime sa bonne humeur et on aime ce nouvel homme. J'espère ne pas à avoir à subir de rechute... Allez toujours cette épée au dessus de notre tête mais je préfère penser que tout est OK maintenant.

Bonne continuation à tous et à toutes et bravo pour tous ces efforts. Chaque jour passé sans alcool est une victoire.

Fleur2Lys - 12/09/2022 à 15h55

Bonjour à vous 2 !

Mon conjoint consomme du CBD via vapoteuse le soir. En général, il commence après notre repas. Cela l'aide à se détendre. Je lui ai évoqué l'existence des gélules après votre post mais il craint que l'effet soit juste ponctuel, de l'ordre de 20-30min après ingestion alors qu'avec la vapote, l'effet peut davantage être en continu. (Bon après, c'est un gros fumeur.)

Il a un tempérament très anxieux mais les fois où il a fui l'hôpital étaient des jours où il était alcoolisé. Il a rdv avec un médecin généraliste dans 15j, peut-être que la discussion d'une cure reviendra sur le tapis. Ou peut-être qu'on lui proposera un autre traitement. Nous verrons bien. Jusqu'ici, il tient son défi !

Et de votre côté ? Le week-end s'est-il bien passé ?

angeleb81 - 09/10/2022 à 16h47

Bonjour,
Je viens de me rendre compte que je n'ai pas répondu. Désolée, j'ai zappé je dois avouer que je ne me rappelle déjà plus ce qu'on a fait ce week-end de mi septembre.
Pour vous donner des news, je trouve que mon mari s'en sort plutôt bien au final. Il y a que quelques craquages (seulement 1 à 2 bières par jour mais ce n'est arrivé que sur une journée par ci par là) mais pas à se mettre mal comme avant. Il s'occupe on a du terrain et une maison à nous donc ça aide et il fait de la marche et du sport un peu tous les soirs. Franchement c'est un autre homme mais je n'arrive toujours pas à comprendre ses écarts. Apparemment il se contient à une ou deux bières quand ça lui prend. Mais je le vois direct et quand je le questionne c'est toujours non fais moi confiance le jour même et le lendemain il me l'avoue mais s'agace. Maintenant je le trouve mieux dans sa tête et culinairement parlant c'est un ogre! Hahaha
J'espère que pour vous patrice ou votre conjoint fleur2lys tout va pour le mieux! Donnez moi des news! A bientôt

Fleur2Lys - 18/10/2022 à 14h24

Bonjour Angele !

Je suis heureuse de lire que les choses se passent bien avec votre mari. Je suis consciente qu'on aimerait une abstinence totale pour nos conjoints mais c'est une lutte au quotidien et comme on n'apprend pas à marcher d'un seul coup, je comprends certaines chutes.

Néanmoins, pour parler de ma relation, les choses sont compliquées ici. Cela faisait 6 jours qu'il était en rechute à boire matin et soir. Il était à 13 jours d'abstinence quand c'est arrivé. Entre ce moment et mon dernier post, il avait atteint 15 jours sans alcool et ensuite ce fut 12 jours de beuverie.
En somme, il alterne période d'abstinence totale et rechutes impressionnantes. Aujourd'hui, il est au jour 0.

J'espère qu'il tiendra + de 15 jours cette fois-ci. Quand il est ivre, je dois prendre le relai sur tout et comme nous étions en plein travaux dans la maison que nous venons d'acquérir, ces dernières semaines furent intenses. J'ai + eu l'impression d'avoir un boulet à mes pieds au lieu du partenaire avec lequel je m'attendais à composer. J'ai très mal vécu le week-end passé notamment. On emménage samedi donc c'était un peu la course pour être ok sur les derniers détails murs et sols.

Heureusement, les choses s'arrangent. À priori, nous repartons sur une période d'accalmie et c'est tant mieux. À mon tour de me laisser porter et souffler.

Je vous souhaite que les choses se poursuivent ainsi avec votre époux et que sa résolution surpasse les derniers craving qui le guettent.

angeleb81 - 18/10/2022 à 15h26

Bonjour fleur2lys,

C est bien de nouveaux projets, j espère que votre conjoint va réussir à tenir plus longtemps cette fois. A t il eu rdv auprès du médecin, essaie t'il de participer à un groupe de parole ?

Mon mari depuis qu'il a fait sa cure est suivi le lundi et le vendredi matin et il apprécie ses rdv entre groupe de parole relaxation rdv médical il se sent porté!

Pour vous fleur2lys il faut vraiment profiter de ses alcalmies pour vous ressourcer car moi depuis qu'il a arrêté de boire la vie est nettement plus calme et sereine! Sincèrement si mon mari rechute je crois que je renvoie en cure direct hors de question de revivre ce qu'on a supporté avant !

C est un choix et je pense qu'il constate que sa vie est mieux maintenant. Bref cela suit son cours pour nous et j espère sincèrement qu'il en sera de même pour vous!

Je vous dis à bientôt et bon emménagement!
