

## MÉDECIN

---

Par Lynette72 Postée le 29/11/2022 13:46

Bonjour je suis consciente que j ai besoin d aide ,mais je n arrive pas aller voir un médecin par honte surement, qu es que je peux faire ?

---

### Mise en ligne le 02/12/2022

Bonjour,

Vous avez fait la démarche de nous contacter, ce qui est déjà un pas courageux de votre part, et nous allons tenter de vous guider pour vous permettre de trouver de l'aide.

Si il vous est difficile d'en parler avec votre médecin traitant, ce qui est tout à fait compréhensible, sachez qu'il existe des lieux de prise en charge spécialisés en addictologie qui peuvent vous recevoir dans la confidentialité, gratuitement. Ce sont des espaces sans jugement dans lequel vous pouvez discuter avec un infirmier, un psychologue ou un médecin lors d'un rendez-vous individuel.

Ces lieux s'appellent des Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) et vous pouvez trouver la liste en suivant le lien "adresses utiles" que nous vous joignons en fin de réponse.

Il existe aussi des associations de soutien entre consommateurs et anciens consommateurs qui proposent des réunions de soutien, de partage d'expériences, de conseil. Vous pouvez par exemple pour renseigner auprès de Vie Libre, Entraid'addict ou Alcooliques anonymes. Nous vous joignons leurs page internet en fin de réponse.

Enfin, si ces démarches vous paraissent difficile à mettre en oeuvre ou pour toute précision, vous pouvez nous contacter par téléphone au 0 980 980 930. Nous répondons gratuitement et anonymement tous les jours de 08h à 02h. Vous pouvez également nous écrire sur le tchat, ouvert tous les jours de 08h à 00h.

Nous vous souhaitons bon courage et bonne fin de journée,

Bien cordialement,

---

### En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service

### Autres liens :

- Entraid'addict
- Alcooliques anonymes
- Vie Libre