

JE N ARRIVE PAS A PASSER UNE JOURNEE SANS BOIRE.....

Par [thomasakira666](#) Posté le 20/06/2023 à 22h24

Bonjour a tous,

Je m apelle laurent,j ai 41 ans divorce depuis 5 ans, 2 grand enfants genial,une compagne magnifique qui me soutient et un beau fils que je considere comme mon fils.

Lors de mon divorece il y a 5 ans j ai plonger dans l alcool, depression....

une fois remis en couple j ai commencer a remaitriser ma consommation

d alcool mais au jour d aujourd hui je tourne en moyenne a 40 gramme d alcool par jour en semaine en buvant de la biere et du whisky en weekend. je n ai aucune envie de consommer d alcool le matin ni le midi mais quand arrive la fin de journee au travail, par moment je n ai meme pas le temps de rentrer chez moi qu il faut que je consomme une biere dans ma voiture ce qui me donne cette sensation de decompresser, je me suis donc rendu compte que j etais alcoolique a ce moment la. j ai fait la betise d en parler a la medecine du travail en croyant qu il allez me donnez de l aide mais c est le contraire,il me rajoute du stress et de la pression en me menacant de me retirer mes c.a.c.e.s(conduite de chariot elevateue a mon travail) donc risque de licenciement pour inaptitude alors que je suis sobre le matin, sur tous mon temps de travail.je leur fournis mes CDT tous les 4 mois mais rien a faire je reste bloque entre 1.9 et 2.4.

Tous les matins je me dis courage lolo tu vas y arriver,tu ne vas rien boire ce soir er tous les soir c est rater.je suis suivie pas un addictologue qui a bien compris comment et pourquoi je consommer, j ai fait un traitement au baclofene mais echec, le selincro me rend malade pendant 1 semaine et ne m empeche pas de consommer.j ai fait des seance d hypnose et d accuponcture mais rien y fait. en ce moment je bois 1 litre de the detox avec du gimembre par jour pour compenser l alcool consommer quotidiennement.

Avez vous une petite idee comment je pourrais

me sortir de cette dependance journaliere?