FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

LENDEMAIN DIFFICILE

Par Claradu94 Posté le 29/02/2024 à 10h10

Bonjour c'est la première fois que j'ose écrire un message.

J'ai un problème avec l'alcool depuis que je suis ado, je n'ai jamais su me limiter, je ne compte plus les Black out et tout les lendemains de cuite à culpabiliser et me sentir comme une merde. J'ai 30 ans maintenant. Il y a eu une période où c'était tout les week-end dans les bars voir plus,
maintenant c'est devenu plus espacé mais toujours autant dans l'excès quand je commence.

Hier j'ai commencé à boire dans un bar je suis partie après deux verres mais une fois à la maison après avoir mis mon fils de 18 mois dans son lit je suis complètement partie en vrille et je me suis mise à boire tout ce qui me tombais sous la main sans aucune raison, toute seule.

Je me suis réveillée à 5h du matin avec des palpitations et une angoisse qui ne partais pas et un Black out.
Je me sentais horriblement mal car je culpabilise pour mon petit.
Rien que d'y penser j'ai les larmes aux yeux de me mettre dans des états pareil alors qu'il est dans la pièce à côté de me dire que je suis une mauvaise maman.

Mon conjoint m'a dis que j'étais très ivre à raconter de la merde et parler à une personne imaginaire, ça me fait peur mais il essaye de me rassurer comme il peut car j'ai l'impression d'avoir enchaîné les conneries.