

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

BESOIN D AIDE

Par **Profil supprimé** Posté le 25/06/2015 à 09h45

Bonjour ,
je me présente je m'appelle Philippe j ai 31 ans et je bois depuis 2 ans environs .
je consomme une fois tout les 10 jours environs (3 ou 4 bières fortes et du vin en général) des fois cela peut être aussi les 3/4 une bouteille de whisky .
aujourd'hui j en peut plus je ne sais pas quoi faire pour arrêter complètement le alcool .
Pendant 10 jours je bois rien puis la un jour je vais me lever avec le idée que je vais picoler et rien ne peut M arrêter . Pourtant j ai une femme géniale deux petites filles qui le sont tout autant et je comprend pas je ne peut résister à cette envie qui arrive en plus je le sais je le voit venir mais je sombre quand même Aujourd'hui je souhaite avoir des témoignages sur mon cas si il y a des personnes qui sont dans mon cas j'ai l'impression que je vais jamais y arriver , je tiens a préciser que lors de ses episodes je ne suisni violent ni vulgaire ni con avec mon entourage je m'isole simplement , je sais pas si c est lew genes car dans ma famille tout le monde bois et pas un petit peu pour moi ses episodes me permette de ne plus penser car je suis jamais tranquille dans ma tête je pense tout le temps a quelques chose , je me prend la tête pour tout et rien jusqu'à ce que j ai une soupape qui pète et la je bois je suis de nature à être très stresser .merci pour votre écoute et votre aide l'impression que

6 RÉPONSES

Profil supprimé - 26/06/2015 à 07h37

Salut, si tu bois juste car tu n'arrives plus à gérer ton stress , tu ne penses pas qu'un médecin ou directement un psychologue puisse t'aider ?

Mieux vaut-il un traitement que de se saouler ? les médicaments sont forts, le traitement est lourd et l'alcool non ?

Mais en définitive est-ce que toutes les toujours bonnes raisons que l'on donne : stress, angoisses, faire la fête etc ne sont elles pas juste une excuse pour notre envie de boire tout simplement ?

Allez hop , réagit et apprendre à vivre ou à gérer ton stress, depuis 3 semaines d'abstinence complète , j'arrive bien à gérer mes angoisses, mes idées noires sans aucune aide, juste de la volonté, et d'accepter de souffrir un peu, beaucoup mais sans rien lacher.

Tuas la chance d'avoir femme et enfants, ne gâche pas tout par manque de courage, car on le paye cher.

Alors courage, tu es jeune et rien n'est perdu !

Profil supprimé - 26/06/2015 à 11h59

Merci pour ton message je sais que ce n est rien après je connais pas les raisons qui font que un jour je craque je ne sais pas je vais allez voir un psychologue voir ce qu il en dit merci encore

Profil supprimé - 26/06/2015 à 15h45

Oui n'hésites pas surtout que c'est gratuit dans les CMP ou CMPP je ne sais plus trop le nom.

Profil supprimé - 28/06/2015 à 08h29

Salut fifounet,

Oui va voir quelqu'un, même médecin traitant, il pourra te renseigner et te donner le bon chemin à suivre.

Peut être un traitement, juste pour tes jours d'envie, un cacheton et hop ça passe.

Comme dis Kcirtap, fait le maintenant avant de perdre femme et enfant, je suis dans ce cas et c'est bien plus dur que de se battre contre l'alcool. Dis toi que tu n'es pas si atteints que cela, ça doit venir d'un stress particulier.

Mon médecin m'a demandé de noter sur un calendrier les jours où les envies apparaissent, peut être tout les jeudi, ou autre, peut être un événement particuliers ces jours là (boulot, famille ou autre).

Le souci vois tu c'est que j'ai commencé comme toi, alors étant donné que tu bois 1 fois tout les 10 jours ou 15 jours, fait ce qu'il faut de suite avant de boire 1 fois par semaine, puis 2 fois par semaine etc....

Prends ta vie en main et de suite, n'attends plus, beaucoup de personnes sont comme nous et faut pas avoir honte d'en parler à son médecin.

Courage @ toi et n'hésites pas @ poster, ça fait du bien

Mous

Profil supprimé - 01/07/2015 à 21h57

Salut à tous

Du coup j'ai vu médecin qui m'a prescrit du baclofène et pour l'instant ça a l'air de marcher, j'en prend lorsque j'ai des envies de boire comme aujourd'hui j'ai eu très très envies (je sais pas pourquoi) et hop j'ai pris mes 3 cachets et c'est passé et pour l'instant toujours pas de rechute tant mieux j'espère que pour tous, ça va aussi

Profil supprimé - 02/07/2015 à 12h45

Ha ben voilà, ça c'est une bonne nouvelle ! Je crois que l'important en fait c'est de commencer ! lol

Allez bon courage à tous et gaffe aux fortes chaleurs.
