

## FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

### QUE FAIRE!!

---

Par [Profil supprimé](#) Posté le 09/05/2016 à 12h02

Bonjour , voilà je me sent un peu perdu... Suite à une nouvelle soirée où il me manque la moitié de mes souvenir et surtout pour la première fois je prend la route après celle ci .... Quelque chose qui me fais sentir mal... Je suis contre toute prise d alcool au volant et comme un con je l ai fait moi même ... Je ne cherche pas d excuse je souhaite juste pouvoir dire stop à tout ca ! Je pense avoir vraiment besoin d aide mais je ne sais pas par où commencer ? qui rencontrer? J en ai marre de se mal être ... là je me sent à bout. Bref je ne sais quoi faire pour me battre contre ca. Je souhaite juste redevenir normal ...  
Merci de me lire et si possible me donner des pistes pour la suite

Mathieu

### 1 RÉPONSE

---

[Profil supprimé](#) - 09/05/2016 à 22h25

Bonsoir,  
C'est déjà un grand pas de venir sur ce forum moi je ne l'avai jamais fait j'y viens maintenant que je suis abstinent ça fait maintenant 8 mois.  
Dans mon cas j'étais complètement perdu dans le produit avec de grosses consommation qui étaient devenu quotidiennes j'en ai donc parle un jour à mon medecin et c'est lui qui m'a aidé à m'en sortir.  
Mais il y a autrement les CSAPA qui peuvent t'aider tu dois en avoir un pas loin de chez toi , je suis toujours suivi dans un CSAPA apres mon hospitalisation tu y trouveras de l'aide et de l'accompagnement dans ta démarche d'abstinence ou de diminution de ta consommation il y a dans ces structures des medecins, infirmiers, psychologue.  
Pour moi je me suis fait hospitalisé comme je te le disai avant car mon medecin m'avait prescrit des médicaments pour diminuer mais ça n'a pas marché j'ai donc choisi de me faire hospitalisé et ça c'est bien passé.  
Bon courage à toi dans tes démarches et t'inquiète pas les gens sont tres à l'écoute et ils ne te jugeront pas.  
N'hésitez pas à me poser des questions si tu le désir .

---