

J'AI PEUR

Par [Profil supprimé](#) Posté le 29/05/2016 à 09h12

bonjour, je m'appelle franck et j'ai 51 ans j'ai suivi il y a 8 huit une cure et suis resté abstinant pendant 7 ans puis j'ai repris une consommation d'abord occasionnel puis reguliere depuis 6 mois, je suis suivi en psy depuis 10 ans et prends anxiolitique et antidépresseur car je souffre de timidité excessive et phobie sociale, cette envie irrépressible de boire arrive surtout le soir , mais voila j'ai repris conscience que je buvais trop (1l de biere et 1/2 de vin /jour)et depuis je ne pense plus qu'a ça et j'ai des angoisses terribles
j'ai du mal a identifier s'il sagit d'angoisse ou de manque d'alcool bien que si je bois quelques verres cela ne me calme pas pour l'instant je prends un peu plus d'anxiolytique dans la journée mais sans resultat
mes symptomes sont jambes en coton , nausées, plus d'appetit, grandes tristesse