

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

BESOIN D'AIDES

Par [Profil supprimé](#) Posté le 06/08/2016 à 12h36

bonjour,

je m'appelle kevin, 34 ans et alcoolique depuis plusieurs années. Je voudrais trouver la force d'arrêter cette drogue qui est l'alcool (je suis aussi fumeur occasionnel de cannabis).

Je voudrais me débarrasser de ces deux addictions mais ça me paraît insurmontable!!

J'espère trouver ici un peu de réponse à mes questions et pourquoi pas de l'aide.

Je vous remercie par avance!

Kevin

1 RÉPONSE

[Olivier 54150](#) - 08/08/2016 à 20h44

Kevin,

Pour la petite histoire, je suis alcoolique abstinente depuis 1998, j'ai 46 ans, je buvais 4 bt de ricard par semaine et +++.

Après ma cure de 6 semaines en 98 donc, je me suis rabattu sur le thc pendant de nombreuses années pensant que c'est cela qui m'aidait à tenir mon abstinence.

À la suite d'un retrait de permis, il y a deux ans, je décide d'arrêter le cana.

Aujourd'hui, je suis sobre de psychotrope : ni alcool, ni cana, ni médoc.

Rien ne c'est fait sans douleur, mais tu vois ce n'est pas insurmontable.

Et surtout, on se sent vraiment revivre sans toutes ces cochonneries.

Bien sûr, l'alcool est une drogue dure, le thc est une drogue douce.

Pour moi, la priorité serait d'abord l'arrêt de l'alcool, mais tu risques de fumer plus.

Fumer n'empêche pas de vivre, l'alcool si.

Mais les problèmes restent les mêmes pour ce qui est de l'accoutumance est des volumes qui augmentent.

Faire le point avec un psy et ou un addictologue serait un bon début.

Retient surtout que ce n'est pas insurmontable, et que la vie est bien meilleure après.

N'hésite pas si tu as des questions.

oliv
