

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

FOND DU TROU

Par **Enil Ec** Posté le 26/11/2018 à 06h58

Bonsoir (bonjour?) à vous tous,

Je suis nouvelle sur ce site, ce forum, cette page en fait.

J'aimerais vraiment échanger avec des personnes qui ont le même "problème" que moi.

Je m'appelle Céline, j'ai 31 ans, j'ai déjà demandé de l'aide en allant dans des CSAPA, je suis suivie depuis pas mal de temps, mais je ne sais pas pourquoi, je suis en train de "retomber" dedans, gravement.

Je ne sais même pas quoi dire tellement je me sens minable, je suis au fond du trou, s'il y en a vraiment un, parce que, à force, je me pose la question. J'ai vraiment l'impression de m'enfoncer encore et encore. J'en suis consciente, c'est d'ailleurs ça le vrai problème.

Je n'arrive pas à réguler ma consommation, mais l'abstinence totale ne me paraît pas possible, les potes, les soirées, les diners, les anniversaires... Il y a tout le temps une bonne excuse.

Au début l'alcool agissait comme un "médicament", me permettait de ne plus (trop) penser, venait combler le manque de beuh (que je ne peux plus fumer car crises d'angoisse maintenant), me permettait d'avoir la tête ankylosée, bref, de me sentir "comme tout le monde".

Puis, petit à petit, c'est devenu une habitude, insidieusement, un produit dont j'avais "besoin", pour me détendre/sentir mieux/dormir/rigoler...

Si bien que maintenant, je suis capable de faire 5 bornes à pieds pour trouver la seule alimentation générale d'ouverte à 2H30 du mat pour pouvoir avoir ma "dose".

Je ne me reconnais plus. Si tant est que je me sois vraiment connue un jour.

Je fais des black out, je me réveille les lendemains sans même savoir comment je suis rentrée, ce que j'ai pu dire... Puis viennent les flashes. Ah, j'ai été affreuse avec telle ou telle personne, je me suis fait virée d'un bar, j'ai pleurer, je me suis presque battue. Et puis, surtout, il y a ces marques sur mon poignet, qu'il n'y avait pas avant. Je ne comprends plus rien.

Bref, désolée de prendre ce forum pour ce qui aurait pu être un putain de journal intime finalement.

1 RÉPONSE

patricem - 26/11/2018 à 10h45

Bonjour,

et quand vous en discutez avec votre addictologue et/ou avec votre psy, qu'en disent-ils ? Je ne suis pas fan des cures, mais y avez-vous réfléchi ?

Courage,

Patrice
