

Témoignages de consommateurs

## je suis alcoolique

Par [epice](#) Posté le 15/02/2019 à 11:43

Bonjour,

Je suis une femme de 38 ans et je veux me sortir de l'enfer de l'alcool.

Je consomme quasiment tous les jours et je sens que cette consommation me ronge de l'intérieur.

Mon entourage ne se rend pas compte de ma consommation.

Je n'arrive presque plus à me raisonner et si j'y parviens cela dure que 2 ou 3 jours où j'arrive à m'abstenir. J'aime boire le soir en rentrant du travail pour oublier mes problèmes mais les gueules de bois au réveil et mon état physique me donnent l'alerte. Je tremble beaucoup et je me sens fatiguée. J'ai surtout très honte !

Je veux arrêter définitivement cette consommation sans compenser par une autre addiction.

Auparavant je consommait du cannabis et j'ai arrêté depuis 2015. L'alcool a pris le relais :(