ALCOOL-INFO

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

COMMENT ARRÊTER ?

Par Profil supprimé Posté le 19/07/2019 à 00h55

Bonjour à tous,

Je suis Fabrice j'ai 30 ans depuis maintenant 2 ans je bois une demi voir une bouteille de rhum par jour .... comme beaucoup ici je pense au départ c'était festif mais je me suis très vite rendu compte en buvant seul et de manière très rapide que je sombre de plus en plus .... j'ai deux petites filles (jumelles) nées en janvier 2018 , je me rend compte que je suis irritable que je ne profite pas d'elles comme je l'aimerai, sortir mise à part pour le travail est très compliqué , étant très alcoolisé sans cesse je suis très fatigué donc peu d'envies pour les sorties seul ou en couple ou à 4 . Je ne nie pas mon alcoolisme mais je le cache à tous , pour le moment je suis très bon comédien .... faisant de très grosses semaines de travail , ma femme pense à une grande fatigue . Le pire dans cette histoire c'est qu'à l'heure actuelle je ne prend aucun plaisir à boire , aucune euphorie, je suis juste très fatigué... parfois je me dis aller aujourd'hui ne vas pas en acheter et puis je m'ennuie alors je me dis une de plus une de moins et j'y vais en me disant tu vas en boire 4/5/6 gorgées mais non je ne m'arrête Pas ... en ce qui concerne mes filles lorsque je les garde j'arrive encore à ne pas boire mais dès que madame rentre je vais m'alcolisé très rapidement .. lui en parler est impossible ayant honte évidement , j'ai un bon job très bon même ... une femme merveilleuse ... 2 filles adorables ... j'ai tout ce que je peux rêver ... pourquoi je me sens obliger de boire jusqu'à m'endormir? Moi même je ne sais pas ... je me dit c'est nul , c'est debile mise à part dormir c'est tout ce que ça m'apporte ... le pire dans l'histoire c'est que je me rends compte de ça et que je n'ai aucun doute sur mon alcoolisme ... j'ai nettoyé mon garage et j'ai retrouvé 14 bouteilles vides de rhum que j'avais bu et caché un peu partout aujourd'hui et là ça été le choc , voilà pourquoi ce soir je décide d'exposer ma vie ici , dans l'attente de vous lire ...
Fabrice

1 RÉPONSE

Profil supprimé - 19/07/2019 à 08h03

Bonjour Fabrice,

Je me suis inscris sur ce forum il y a à peine moins de 1 semaine, et votre histoire ressemble beaucoup à la mienne. Une famille unis, mais qui est ombrée par cet alcool.
J'attaque mon sixième jour sans boire, ma difficulté à moi est de me retrouvé seul, sans les enfants, sans ma compagne, il ést très compliqué pour moi de rester sobre, vin, bière, crèment, rhum, tout était bon à boire.
Des cubis de vin caché, des bouteilles qui s'accumule jusqu'à ce week-end ou c'est la déchéance.

Trop d'alcool bu en cachette, pas loin de 2l avant 22h et une soirée qui restera en pointillé. Suite à ça grosse discussion avec ma conjointe qui me mets au pied du mur avec une ultime chance.

Il n'y a pas le choix c'est eux ou la bouteille. Mon choix s'est forcément porté pour eux. J'avais déja tenu 4 mois sans une goutte puis grosse surcharge de travaille, des journée de 16h qui n'en finisse pas et rechute..

Aujourd'hui je me suis juré de ne plus y touché, j'ai décidé de changé mentalement et physiquement.
Le 13 juillet 2013 j'ai fumé ma dernière cigarette, le 13 juillet 2019 j'ai bu mon dernier verre.

Le combat va être compliqué mais pas insurmontable et je compte bien remporter la victoire comme je l'ai fais pour la cigarette. Passé un certain temps ce n'est plus que de la volonté.

Accrochez vous, votre famille est plus importante que cette drogue.

Pierre.