

Vos questions / nos réponses

Rechute

Par [Vide](#) Postée le 31/10/2019 06:59

Bonjour

J'ai 42 ans. Je suis une femme et j'avais cru réussir à tourner la page avec l'alcool sûrement en me trompant.

J'ai bu pdt 2 mois pratiquement non stop. J'ai demandé une hospitalisation. J'ai réussi à arrêter aussi vite hospitalisé.

Après ma sortie, j'ai repris. De moi même j'ai été rehospitalisé. J'ai eu 2 rechutes pdt cette période.

Je suis sortie. Et de suite j'ai recommandé pdt 3 semaines.. Tout le tps.

Jusqu'à ce que j'ai un déclic pr ma fille de 6 ans. La je me suis reprise en ne buvant que du vin et uniquement le we par exemple le samedi et accompagné. Environ 3 verres.

Je ne sais pourquoi, je suis retombé d'abord le soir et ensuite depuis 1 semaine. La journée.

Ça fait 1 jour que j'ai dit de nouveau stop.

Sachant que je commence un nouvel emploi là semaine prochaine. Je vais en formation pdt 5 Jrs. Ensuite je retourne sur le terrain. Commerciale.

Voilà je pense que j'ai un vrai problème et qu'il es temps que je trouve de vraies solutions.

Merci pr votre aide

Mise en ligne le 04/11/2019

Bonjour,

Nous comprenons que cette situation soit difficile à vivre pour vous, vous devez en être épuisée.

Il est courageux de votre part d'avoir été hospitalisée plusieurs fois. Nous comprenons que les rechutes et les reprises de consommations soient d'autant plus pénibles à vivre. Cependant, elles font entièrement partie du parcours de soins. En effet, le sevrage, qu'il soit en milieu hospitalier ou en ambulatoire, n'est pas la solution miracle. Bien souvent quand il y a une dépendance, il y a un mal-être derrière et le simple fait d'arrêter les consommations ne suffit donc pas à ne plus avoir envie de consommer. Identifier les raisons qui poussent à boire peut ainsi aider à comprendre quel est le réel problème.

Vous nous dites que vous avez récemment eu un déclic et c'est sur celui-ci que vous allez pouvoir trouver un appui important pour réussir votre nouvelle démarche de soin. La motivation joue en effet un rôle important

dans le parcours de soin que l'on entrevoit. C'est donc un bon moment, nous semble-t-il, pour effectuer une nouvelle démarche. Cela devrait vous permettre par ailleurs de vous sentir davantage soutenue face à votre nouvelle prise de poste.

Ainsi, il existe des structures spécialisées en addictologie, ce sont les CSAPA (Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Ce sont des services dans lesquels vous pouvez rencontrer des professionnels, notamment des psychologues ou encore des médecins. Ce sont avant tout des lieux d'écoute et de soutien pour toute personne ayant des difficultés avec ses consommations et souhaitant les arrêter ou les diminuer. Ils proposent une aide gratuite et confidentielle. Vous trouverez des adresses de structures près de chez vous dans la rubrique « adresses utiles » de notre site, dont nous vous joignons un lien en fin de réponse.

Nous vous mettons également un lien vers des articles qui pourraient peut-être vous intéresser.

Enfin, n'hésitez pas à nous recontacter si vous souhaitez échanger davantage de la situation ou si vous souhaitez que l'on regarde ensemble pour une adresse de structure. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h du matin par téléphone au 0 980 980 930 (appel anonyme et non surtaxé) et par Chat de 14h à minuit.

Avec tous nos encouragements.

Bien à vous.

En savoir plus :

- [L'alcool et vous](#)
- [Adresses utiles du site Alcool info service](#)