FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

# ALCOOL ET DÉLIRE.

Par Profil supprimé Posté le 26/11/2020 à 03h37

Bonjour a toutes et tous,
J'ai 32 ans. Je bois trop depuis que j'ai découvert l alcool, vers l'age de 16ans. Conso festive au début.
Desormais, c est toujours 80% festif (mais excessif, jpeux enfiler 20 verres dans la soirée voir plus) et ça une fois par semaine environ. ( et en ce moment il m'arrive de ne pas dormir pendant 2 jours d'affilé et de boire non stop).

Heuresement j'ai un boulot, qui me tient. Je limite au maximum les conséquences négatives et visibles de mes conso.

Du moins je controlais. Ces 3 derniers mois je ne suis pas allé au travail 3 fois, acause de l'alcool. Mais ce qui me fait le plus peur: ces 3 derniers fois j ai aussi eu plusieurs épisodes interpretatifs, avec adhésion totale. Crise de parano. Ces crises ne durent pas forcément longtemps, mais le fait est qu'elles arrivent de plus en plus souvent.

J'ai donc décidé d'arreter toute conso au moins jusque fin decembre. (et j'en suis capable, ça ne serait pas la premiere fois). Mais après je me sens bien et je replonge!

Je souhaiterai contacter de l'aide car je ne veux pas entrer dans la psychose.
Je ne veux pas d'hospitalisation ni de trairement au long terme.

Quelles solutions existent?

Merci par avance.

## 3 RÉPONSES

**Sebouz59 - 26/11/2020 à 12h02**

Salut.
N'hésites pas à te faire aider même si tu ne veux pas d'hospitalisation ou de traitement. Le sevrage "sauvage" peut-être dangereux. Je te conseille vivement d'aller consulter ton médecin traitant ou si tu préfères, un médecin dans un centre d'addictologie. Selon les centres il y a des rdv libres et c'est totalement gratuit. Ils mettront en place un protocole de soins en ta compagnie qui te correspond le mieux. L'essentiel étant de ne pas rester seul.
J'ai le même âge que toi et le même type de consommation. Les crises d'angoisses terribles et le mal-être qui suivent les épisodes de forte alcoolisation je ne connais que trop bien. On est de cette trempe là : un verre en entraine une vingtaine, la limite c'est le knockout. Et à force de me faire laminer j'ai compris que le mieux c'était de ne pas boire ce fameux premier verre.
Hésite pas à venir discuter si t'en ressens le besoin.
Seb, à j+13 de sobriété aujourd'hui.

**Profil supprimé - 26/11/2020 à 16h10**

Bonjour, et merci pour ta réponse et ton temps.
JE me retrouve parfaitement quand tu écris "la seule limite: c est le knockout".
Concernant le sevrage physique, pas d'inquietude, je connais le sujet et j'ai les moyens de m'en proteger. Justement, ce qui me freine pour aller a la rencontre de professionnels, c 'est que je suis moi même professionnel du soin et de l'addictologie, entre autre.
Ce qui me fait le plus peur ce sont pas les sevrages, mais bien ces episodes intereprétatifs qui apparaissent de plus en plus souvent et de plus en plus intensément. (par exemple, ivre, sur un site de rencontre, je deviens en un fragement de seconde, totalement persuadé que la personne avec qui je discute est en réalité mon ex qui a créé un faux compte. Et j'y adhère completement, je demande des preuves etc... alors ca peut paraitre anodin,, mais ce qui m"inquiete c'est que ce sont peut etre les prémices d'une psychose qui me condamnera à vie.
J'aurai aimé savoir si des gens avaient vécu la meme chose que moi, ou connu des cas similaires.
Merci encore pour ta réponse.

**Wotan - 27/11/2020 à 18h36**

Pas de solution, si vous pensez vous débarrasser de l accol comme on éternue, ne rêvez pas ! Ou vous aimez boire ou vous devez boire.... ( juste pour savoir qui et ce que Vous êtes...)