ALCOOL-IN

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

BESOINS D'AIDE

Par Dimix Posté le 26/10/2022 à 11h36

Bonjour a tous.
Voila depuis quelque temps quand je bois beaucoup d'alcool fort je devient un monstre et incontrôlable je fait peur a tout le monde ma femme mes enfant. Avant jetait pas comme sa. Est ce que sa peut être du à des accumulation ? Je suis quelqu'un qui garde tout et quand j'ai trop bu juste une parole de ma femme je part en vrie j'aimerai que cela Saisse je vais pas les perde. Je voudrai savoir comment sa se fait que je suis arriver à la quand je boit de trop alors que avant quand je buvait je me coucher. Je suis entrain de tout gâcher et de tout perdre. Je ne cherche pas à être juger je cherche juste de l'aide urgente. Je perd le contrôle complet de tout de la vie
Merci a ceux qui m'aideront

2 RÉPONSES

Today - 26/10/2022 à 17h04

Bonjour Dimix.

Le principe de la cocotte minute !
Vous le dites "vous gardez tout".....mais à un moment ou un autre, il faut que ça sorte ! L'alcool, qui vous permettait de "tenir" vos émotions jusqu'à aujourd'hui, commence à avoir l'effet inverse.

Je ne sais pas quelle est votre consommation, mondaine ou quotidienne. Aujourd'hui elle vous pose problème dans votre vie familiale.

Le seul conseil que je puisse vous donner est de vous tourner peut-être dans un premier temps vers votre médecin traitant pout faire le point sur votre consommation et discutez avec lui de la suite que vous souhaitez donner à votre démarche. L'aide qui vous sera la plus appropriée.
Si vous ne vous sentez pas d'en parler avec votre médecin traitant, il y a les csapa qui permettent de garder l'anonyma.

En avez-vous parlé avec vos proches ?

Venir en parler ici est déjà un grand pas.

La solution que j'ai trouvé pour moi a été juste de ne pas prendre le 1er verre et ce quelque soit le type d'alcool.
Dans cette démarche, c'est au jour le jour. Ni plus ni moins.
Selon votre consommation, si vous souhaitez arrêter totalement, il est nécessaire de se tourner vers un médecin afin de prévoir une médication pour le sevrage qui peut s'avérer dangereux fait seul.

Ne pas désespérer. Vous n'êtes pas seul dans cette situation.
N'hésitez pas à venir lire ici les témoignages, le parcours des uns et des autres....et écrire aussi de votre côté. L'écriture fait du bien. Elle soulage.

À bientôt

LUBIN - 27/10/2022 à 06h37

Bonjour,
Moi, je commence mon 9ème jour et je suis trop fier!!!! même si les habitudes sont encore compliquées à gérer...
Le traitement par baclofène prescrit par l'addictologue fonctionne super bien avec moi mais ma volonté personnelle est très aidante aussi!!
Bonne journée à tous et courage.