

TÉMOIGNAGES DE CONSOMMATEURS

COMMENT J'AI ARRÊTÉ DE BOIRE DE L'ALCOOL.

Par Profil supprimé Posté le 17/12/2013 à 19:24

J'ai été malade alcoolique durant 30 ans..

J'ai 63 ans et ça fait 13 ans que je n'ai plus besoin de l'alcool pour m'aider à vivre.

Je faisais des comas éthyliques presque chaque soir et ma famille ne savait plus quoi faire.

Je suis allée chez les alcooliques anonymes, j'y ai appris beaucoup de choses sur cette maladie mais impossible malgré tout d'arrêter. Mais dans ma tête le processus d'arrêter de boire était enclenché. Et un jour, comme ça j'ai arrêté et je n'ai plus jamais bu d'alcool. Mais je buvais pour me "casser la tête", ne plus penser. Ce qui m'a sauvée aussi c'est que je n'aime pas le goût de l'alcool.