

## TÉMOIGNAGES DE CONSOMMATEURS

### J'Y ARRIVERAI JAMAIS

---

Par SP Posté le 22/02/2024 à 00:59

Je ne sais plus quoi faire. Je suis suivie par un psychiatre addictologue depuis de longs mois mais je n'arrive pas à avancer. J'ai commencé à boire "trop" quand j'étais étudiante. Quand le covid est arrivé on n'allait plus au bar, on achetait des bouteilles de vin. C'était moins cher, on a commencé à boire plus, beaucoup plus, avec mes copines.

Et puis je suis rentrée en France, j'ai commencé à travailler et je me suis installée avec mon copain qui lui aussi a "une relation pathologique avec l'alcool" puisque, apparemment, c'est comme ça qu'on dit alcoolique de nos jours.

Mon problème a toujours été la quantité, si je bois un verre je vais en boire au quintuple. Lui son problème c'est la temporalité, il sait s'arrêter mais boit tous les jours. On s'est tirés vers le bas mutuellement.

J'avais l'impression que les choses allaient mieux puis cet été, ma petite sœur s'est pendue. Elle était cocaïnomane et apparemment, elle aussi avait des problèmes de consommation d'alcool, alors qu'elle avait toujours été si véhémement avec moi à ce sujet, me balançant dès qu'elle le pouvait, me faisant attirer alcoolique de la famille. Je dois, quelque part, m'être servie de cette situation comme excuse car j'ai recommencé à boire à outrance.

L'année dernière j'ai réussi à tenir le dry january avec trois exceptions. Cette année j'ai atteint 13 jours de sobriété sur le mois. C'est que dalle, je me dis. Mes GGT sont à 60, je grossis à vue d'oeil.

J'ai essayé le selincro : après deux bières plus envie de boire. Énervant car envie d'être bourrée. Le problème est donc plus profond. J'ai l'impression que je n'y arriverai jamais. J'ai envie d'être mère un jour et je ne suis même pas sûre d'être capable de tenir pendant 9 mois sans boire un verre.

D'ailleurs un autre problème, c'est que je n'arrive pas à dormir si je n'ai pas consommé. J'ai toujours été insomniaque mais avant je fumais du cannabis donc l'absence d'alcool ne m'empêchait pas de dormir. Du coup à chaque fois que je suis fière de n'avoir rien bu, je m'offre une nuit blanche. Les somnifères ont marché un temps, mais je sais que je risque de devenir accro aussi.

J'ai l'impression qu'il n'y a pas d'issue.