ALCOOL-IN

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

COMMENT M'ARRÊTER ?

Par Profil supprimé Posté le 15/08/2014 à 11h08

Bonjour,

Je suis une femme de 25 ans. Et j'ai peur. Peur de moi, de ma consommation. Je bois tous les jours depuis six mois. Au départ, c'était deux ou trois verres.
Mais depuis trois mois, je fais une dépression. Au début, j'ai refusé de l'admettre. Et puis j'ai pris le taureau par les cornes : je vois un psychiatre, et je suis sous traitement. Sauf qu'il y a une chose que je ne lui ai pas avouée. C'est que ma consommation d'alcool est bien plus importante. Une bouteille de vin par soir, c'est le minimum. Généralement, c'est entre 1,5 et 2 par soir. Et le midi, maintenant, un, deux ou trois verres pour calmer les tremblements.
Je prends un somnifère aussi, tous les soirs. Associé à l'alcool, la sensation d'ivresse est décuplée et dure bien plus longtemps. Quand j'arrive au travail, je suis complètement ailleurs. Je ne prends jamais le volant après avoir bu, mais le matin, j'ai du mal à conduire. J'ai de plus en plus de difficultés à me concentrer. J'ai des trous de mémoire. Parfois au réveil, je fais un malaise.
Chaque jour, je me dis qu'il faut que je m'en sorte. Mais j'en suis incapable.

3 RÉPONSES

Profil supprimé - 21/08/2014 à 19h36

Bsr Zolplex

bon sang zolpex t'as 25ans ! Ca me tord les boyaux de lire ce que tu écris là !
25ans tu devrais exploser de vie ,d'existence ,de tout !
Tu m'arrêtes cette saloperie d'alcool et tu en parles au psy !!!
J'attends ta réponse et les mesures prises.

JE VEUX que tu nous donne une leçon de vie pour une nana de 25ans bon sang !

Allez ma belle !.... On attend de tes nouvelles..

Un malaise au réveil?!!! Ca va pas non ? Tu te prends par la main tu dis tout au psy et tu nous transmets toute ta
Joie de vivre.

Je te lache pas !!!

Mince 25ans !

Pfou...

Profil supprimé - 26/08/2014 à 21h26

Bsr Zolpex

alors ? Donne de tes nouvelles stp.

Profil supprimé - 27/08/2014 à 21h05

bonsoir zoplex,
je m'appelle marie,ton histoire ressemble a la mienne.
courage.je vais te dire se que j'ai fait,le 25 aout j'ai eu un rendez vous a l'hospital au service addictologie j'ai eu très peur car d'avoué que l'on bois ces dure mais encore plus dure a été dire que je buvais tout les soirs j'acheté un cubi de 3l plus les médicaments pour dormir.ils ont été super avec moi et mon aidée et mon dit qu'ils ne me laisserait pas tombé.aujourd'hui cela fait 2 jours que je n'est pas bu.le sevrage est dure serte mais cela en vaut le coup.
dit moi se que tu en pense j'aimerai avoir ton avis.
bisous marie