

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

JE PERD TOUT !

Par [Profil supprimé](#) Posté le 10/01/2017 à 05h18

Bonjour,

Il est 5 heures du matin et l'alcool m'empêche de dormir. Je me suis écroulé hier soir (comme tous les soirs) pour me réveiller 2 heures après. Comme toutes les nuits je me culpabilise.... je suis conscient que je perd tout ! Dans mon ivresse, hier j'ai entendu dans le lit ma femme pleurer... elle ne mérite pas ça... J'ai envie de faire une cure mais que vais je dire à ma famille, mon travail ?

Est il possible d'arrêter seul ? Et si quelqu'un avait des astuces.

Merci.

Ce site me m'apporte un réconfort je me sens moins seul.

Merci à tous.

1 RÉPONSE

[Profil supprimé](#) - 10/01/2017 à 13h29

Bonjour Stéphane,

Venir ici, reconnaître que tu as un problème est déjà une grosse étape de franchie. Il y a plein de façons de commencer : appeler ton médecin généraliste et lui parler de ton problème, appeler Alcool Info Service ici même, te rapprocher d'un centre d'addictologie etc...

Mais ne reste pas seul dans ta démarche, avance accompagné. Si ton épouse est malheureuse de cette situation, annonce-lui ta volonté de changer cela. Elle en sera sûrement fière, et t'épaulera et te comprendra, très probablement.

Et ton cas bravo pour ce courage de venir ici en parler avec nous.
