

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

C'EST DÉCIDÉ J'ARRÊTE ! HELP

Par [Profil supprimé](#) Posté le 22/04/2017 à 19h29

Bonjour à tous,

J'ai été abstinente pendant 15 ans. Après une cure de 3 semaines. Depuis un an, j'ai replongé et ma consommation et de jours en jours de plus en plus excessive. Je cache les canettes, les bouteilles chez moi et je vais dans les bars. Je suis incapable de dire pourquoi j'ai repris...

Chaque matin, je me dis "aujourd'hui j'arrête" mais je me mens... Car vers 17h00 après le boulot je m'arrête au premier bistrot du coin puis ensuite j'achète une bouteille. Le samedi matin, j'attaque déjà la bière à 08h00 tellement je me suis "torché" la veille... et la bière apaise mes tremblements.

Je perd tout en ce moment. Mon couple qui va très mal, problème au boulot (absences fréquentes surtout le lundi), compte bancaire qui descend, etc...

Ce matin, j'ai voulu arrêter et j'ai eu des gros tremblements. J'ai "en stock" du Seresta et Xanax. Mon médecin m'a proscrit du baclofène mais cela me provoque des effets secondaires. Tremblements intérieurs, sensation de mal être... Pensez-vous que le seresta peut m'aider ? J'ai vraiment envie de m'en sortir. Ma tête le souhaite mais visiblement pas mon corps... J'ai de plus en plus peur car je m'enfoncerai.

J'ai parlé de mon problème à ma femme et visiblement elle ne comprend pas... Le manque, la dépendance...

Merci pour vos témoignages...

Demain j'arrête vraiment ! C'est la première fois depuis un an, qu'alcoolisé je dis "j'arrête". En temps normal, c'est le matin à jeun. Je sais que cela va être difficile mais il le faut.... Merci à vous tous.

3 RÉPONSES

[Olivier 54150](#) - 24/04/2017 à 18h53

Bonjour Stéphane

Je suis ému par ton post, 15 ans d'abstinence, c'est pas rien. Peu importe les raisons de la rechute, sûrement juste un moment d'inattention ou un excès de confiance. Tu confirmes la triste réalité que l'on ne se soigne pas de l'alcool, on peut juste le bannir...pour toujours. J'ai 47 ans et je n'ais pas touché au poison depuis 1998 suite à une cure aussi, de 5 semaines. Mais je sais que je ne suis pas à l'abri d'une rechute, personne ne l'est. Fait ce qu'il faut pour arrêter de nouveau, harcelez les médecins pour qu'il t'aide physiquement, pour le reste tu auras beaucoup de soutien ici. bon courage, tiens nous au courant.

Olivier

[Profil supprimé](#) - 26/04/2017 à 07h08

Bonjour Olivier,

Merci pour ton soutien.

Je suis réellement abstinente depuis 2 jours. Chose qui m'encourage, je n'ai plus de tremblement le matin au réveil et j'ai "la tête normale". Cela me donne envie de continuer !

Certes, dans la journée j'ai parfois des envies mais elles sont passagères. Il est évident que lorsque l'on arrête, on se sent mieux et ce bien-être je le sens arriver progressivement.

En temps normal, le matin je me lamentais sur mon sort, en disant "aujourd'hui j'arrête" mais aujourd'hui j'ai voulu faire partager sur ce post mon optimisme.

Merci à tous pour votre soutien.

A bientôt

Stéphane

[Profil supprimé](#) - 26/04/2017 à 13h14

Bonjour Stéphane

Je te soutiens dans ta démarche.

Ne lâche rien!!!

Je me présente, Guillaume j'ai 30 ans et j'ai arrêté du jour au lendemain depuis maintenant 2 mois!

Et pourtant je buvais tous les jours

Ma prise de conscience de mon problème : ma femme est partie!!!

Ca lui devenait invivable

Tout était prétexte à boire , w.end anniversaire stress de la journée une bonne nouvelle dans la journée etc

Et les derniers temps de la relation la bouteille s'est immiscé entre elle et moi, et mon comportement est devenu plus que désastreux !!!

J'ai finalement tout fait pour etre "tranquille " avec ma bouteille !!!

Par moment j'y pense, allez juste une mes amis y arrive bien!!!! Mais je cede pas car peur de rechuter!!!
