

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

J'AI UN PROBLEME AVEC L'ALCOOL

Par **Profil supprimé** Posté le 02/11/2017 à 19h52

Aujourd'hui je me rend compte que j'ai un gros problème avec l'alcool, j'en suis à un stade où ma vie m'échappe, je suis à deux doigts de perdre ceux que j'ai de plus chère, ma compagne et mon futur enfant. Je suis en train de tout foutre en l'air, et je m'en rend compte. Je veux me reprendre en mains pour ne plus faire souffrir ma compagne, et surtout pour leur offrir un avenir meilleur. En règle générale je bois en son absence, dans son dos et j'en deviens insupportable, blessant et certaines fois horrible dans mes paroles. Je ne veux plus la faire souffrir, je veux juste la rendre heureuse, arrêter avec cette addiction avant de tout perdre. J'aimerais avoir des conseils, recevoir des aides, anecdotes ou des témoignages pour m'aider dans mon sevrage. Merci d'avoir pris 2 minutes pour me lire.

4 RÉPONSES

Profil supprimé - 03/11/2017 à 18h30

Bonjour Jerome,

Déjà bravo pour ta démarche de sevrage, c'est un pas important!

Par contre avant de t'y lancer il est conseillé d'aller voir ton toubib ou un centre, une asso spécialisée en addictologie, de façon à encadrer ça et la suite du mieux possible.

Le sevrage peut engendrer des deliriums tremens et des crises d'épilepsies...

Tu peux lire les quelques témoignages existants, regarder le fil sur les choses qui nous ont aidés à ne plus boire, et n'hésites pas poser tes questions, ce qui te gêne le plus.

Encore bravo pour la prise de conscience 😊

Profil supprimé - 03/11/2017 à 21h24

Salut Jérôme,

Où l'alcool risque de te faire perdre ce que tu as de plus cher ; dès lors il est important que tu réagisses au plus vite . Tu as fait un premier pas en postant sur ce forum et j'espère que tu y recevras une grande oreille . Ne reste pas seul, ose pousser la porte d'une association d'anciens buveurs . Perso,, j'ai choisi de pousser celle de A.A. car je n'avais rien d'autre dans ma ville . Une première fois j'y suis allé en touriste et suis resté abstinent 3 mois . Mais l'alcool m'a repris pire que jamais mais je n'avais pas oublié que A.A. existait et 9 mois plus tard , j'y retournais, cette fois bien déterminé à ne plus faire mon petit malin et à capituler devant l'alcool .

Si par chance tu as la possibilité de pousser la porte d'un local, n'hésite plus un seul instant .

Et si A.A. n'est pas présent dans ta localité , vois s'il n'y a pas une autre association mais ne reste plus seul .

Encore un petit mot : fais bien ton abstinence pour toi-même prioritairement . Ta femme et ton futur enfant en profiteront . N'attends plus d'avoir tout perdu pour réagir , fonce !

Bon courage et pas le premier verre un jour à la fois .

salmiot

Profil supprimé - 04/11/2017 à 13h05

Bonjour Jérôme,

C'est une belle prise de conscience que tu as là. Bravo pour ça.

Je ne saurais que trop te conseiller d'en parler à ton médecin ou prendre RDV dans un centre spécialisé dans les addictions. En parler et ne pas rester isolé face à cette maladie est primordial.

Concernant l'anecdote, j'ai procédé de cette façon il y a 49 semaines désormais. Et ça fait 49 semaines d'abstinence. Non ce n'est pas facile, non le succès ne sera pas immédiat, mais ce sont des étapes à franchir pour te diriger vers l'abstinence totale un jour. Et ce travail que tu feras sera bien visible pour tes proches, qui n'en seront que plus fiers de toi.

Reviens nous tenir informés de ton évolution. Car nous ici, nous sommes là pour t'entourer et t'encourager.

A te lire.

bonjour,
Bravo à toi de te livrer, ce n'ai pas toujours facile, je lis que tu as une consommation cacher de ton amie? je me pose quelques questions, tout d'abord pourquoi consomme tu en cachette? que te dis ton amie quand tu as consommé? que comprend tu de ses dires? quel est ta réaction? comment te sens tu le lendemain, te souviens tu de ce que tu as dis? Je ne veux pas spécialement que tu me réponde mais que toi tu le fasse. que tu arrête de consommer pour ton amie et pour ton enfant c'est cool mais que dirais tu d'arrêter pour TOI, pour être heureux et de part ce fait rendre heureux toutes les personnes qui vivent avec toi.
parler de nos peurs, de ce qu'on ressent, exprimer un mal être avec la personne qu'on aime quoi de plus normal, seulement il faut osez pas si simple, je comprend.
Nous sommes tous acteur de notre vie, nous devons tous faire des choix, mais rien ne nous empêche d'échanger, d'apprendre sur notre souffrance. Tu peux te renseigner sur les différentes options qui sont proposer pour nous aider face à cette maladie qui est l'alcoolisme.
Continu à parler courage. Merci Merci Merci
