

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

RECHUTE APRÈS 2 ANS D'ABSTINENCE

Par **Profil supprimé** Posté le 05/02/2018 à 18h07

Bonjour

Je suis alcoolique depuis environ 10 ans, avec des périodes d'abstinence plus où moins longues.

En 2015 j'ai connu une grosse période de consommation qui m'a amenée à me faire hospitaliser , 3 cures de 3 semaines espacées de 3 mois , avec un suivi psychologique et médicamenteux ensuite.

En couple avec 2 enfants, on s'était séparé à l'époque, puis on s'est remis ensemble .

J'ai été ensuite abstinent pendant plus de 2 ans , avant de faire une grosse rechute au mois de décembre. Depuis je suis en arrêt et mon couple a volé en éclats.

Mon médecin m'a orienté vers une association où l'on trouve infirmiers, psychologues et psychiatres.

Je viens de démarrer ce suivi depuis 15 jours.

Je consomme toujours, de façon irrégulière , j'espère que cette fois ci sera la bonne, j'essaie de m'accrocher surtout en pensant à mes enfants.

2 RÉPONSES

Profil supprimé - 07/02/2018 à 21h48

Bonjour

Les rechutes font partie du chemin vers l'abstinence.

C'est assez banal comme phrase, mais c'est vrai.

Ça l'a été pour moi, je suis dans ma 4eme année.

Je vous souhaite de la détermination et du courage.

Olivier 54150 - 12/02/2018 à 19h28

Nicoaa, bonjour,

A chaque fois que je lis un témoignage de « rechute » je deviens dingue, oh loin de moi l'idée de critiquer hein ! Ce qui me rend dingue, c'est de ne pas comprendre, je cherche, je cherche et je ne comprends pas.

Bien que je suis abstinent depuis 1998, je sais que je ne suis pas à l'abri d'une rechute, personne ne l'est. Je cherche la raison qui pourrait me faire rechuter, et bien sûr, on a vite fait de s'imaginer les pires scénarios.

En 19 ans il m'est arrivé pas mal de trucs, c'est sûr, et des moches, mais pas de rechute. Alors je me dis que ce n'est pas les événements extérieurs qui sont en causes, mais plutôt, l'interprétation de ces événements. Il s'agirait donc d'une certaine philosophie, voir spiritualité.

Un autre critère me paraît important, c'est la raison pour laquelle nous avons arrêté.

Pour moi, la seule vraie et bonne raison est d'arrêter pour pouvoir continuer à vivre avec un minimum de sérénité et de santé.

Oui, arrêter pour ses enfants, son conjoint, pour garder son boulot, pour cesser de faire souffrir son entourage est très honorable et surtout un bon moteur. Mais il faut arrêter pour soi, j'en suis convaincu. Nous ne pouvons donner au autre que ce que nous sommes.

Ne pas boire m'apporte une telle liberté, que pour rien au monde je ne souhaite retourner dans l'esclavage. L'esclavage est interdit, les drogues sont interdites sauf l'alcool. Pourquoi ? Facile, il suffit de regarder l'enjeu économique. Mieux, il y a de plus en plus de pub.

Voilà, j'espère juste vous avoir apporté un peu de 'réflexions'

un petit site que j'ai fait : <http://olivierm54.wixsite.com/communications/news-and-events>, je conseil ce petit article : Est-on alcoolique à vie ? Pour en finir avec certaines idées reçues.

Oliv
