

## FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

### 10 EME JOUR SANS BOIRE

---

Par **Profil supprimé** Posté le 06/02/2018 à 12h24

Voilà 10 jours que je ne bois plus. Par contre je n'ai pas contacté l'alcoologue. Ni fait la prise de sang demandée par mon médecin. Ça va pour l'instant pas trop de manque. Mais 5 jours où je ne dors plus. C'est normal ?

### 5 RÉPONSES

---

**Profil supprimé** - 06/02/2018 à 16h29

Bonjour JeanJoseph,

Bravo pour tes dix jours d'abstinence ! Pourquoi pas puis puis ... et ainsi de suite . Il faut y croire .

Je n'ai pas moi non plus consulté un addictologue , n'ai pas fait de prises de sang à l'époque mais je suis resté assidu aux A.A. . Cela fut suffisant pour moi mais sommes tous et toutes différents .

C'est à toi de juger ce qui t'est nécessaire ou pas . Mais si j'ai une suggestion à te faire , ne reste pas seul .

Bonne continuation à toi , un jour à la fois et comme je l'écris un peu partout , fais ton abstinence pour toi et ne lie celle-ci à rien ni à personne .

salmiot

---

**Profil supprimé** - 06/02/2018 à 17h29

je ne me suis pas relu et je voulais dire : pourquoi pas 11 , puis 12, puis 13 et ainsi de suite Jeanjoseph

---

**Profil supprimé** - 07/02/2018 à 18h15

Ça sera pas 11... petit demi et un verre de vin en mangeant à midi au resto avec mon patron... très raisonnable quand même lol

---

**Profil supprimé** - 07/02/2018 à 20h41

Trop tard le 11 eme n'arrivera pas. A midi petit resto avec le boulot... une bière et un verre de vin en mangeant ...et en sortant du boulot une énorme envie d'aller boire. Mais j'ai résisté... très très dur. Je pensais pas être accro à l'alcool à ce point. Là il est 20h41. Ça va mieux.

---

**Profil supprimé** - 11/02/2018 à 17h56

Voilà j'ai tenu exactement 15 jours. Vendredi j'ai craqué et me suis alcoolisé avec des potes dans un bar. Et repris le volant une fois de plus. Je vais essayer de tenir 3 semaines cette fois...

---