

## BESOIN D'ÉCHANGER.... AVEZ-VOUS DÉJÀ SUIVI UNE CURE ?

---

Par **Profil supprimé** Posté le 31/01/2020 à 17h48

Bonjour.

J ai 35 ans, en couple et maman de 2 enfants, de 3 et 13 ans. Je suis alcoolique depuis environ 15 ans.

D' année en année ma dépendance est devenue de pire en pire, au point que mes proches et amis ont découvert la vérité sur mon addiction (depuis juin dernier).

Je vois depuis novembre une psy et une infirmière en addictologie.

J ai fait récemment une demande pour une cure en centre hospitalier.

J y rentre le 24 février.

J appréhende cette cure de 4 semaines,mais celle ci est devenue nécessaire pour moi et mes proches. Je ne peux plus me détruire ainsi, et faire souffrir les gens autour de moi que j'aime profondément.

J'ai la chance d'être entourée par des amies et des proches bienveillants. Ma maman va rester auprès de moi jusqu'à ce que la cure commence, pour m'aider à tenir le coup. Je sais que c'est une chance qu'elle se propose de venir à la maison.

Avez-vous déjà été en cure ? Savez-vous comment ça se passe ? Quels types d'ateliers sont proposés ?

J ai réussi des périodes d abstinence de 2 ou 3 semaines, mais la rechute est à chaque fois pire et douloureuse. J'ai un rapport à l'alcool qui est de l'ordre du "défit". Comme si que je cherchais à repousser mes limites et à ne rien laisser transparaître aux autres. C'est horrible d'écrire ça, de ne pas arriver à se contrôler. L'alcool est devenu un besoin qui me rend incontrôlable quand je suis en manque. Il est difficile de résister à cette pulsion quand je suis en crise.

Que faites-vous svp quand vous êtes en crise ?

Si je ne me prends pas en main C est la garde de mes filles que je vais perdre, ainsi que mon conjoint

### 2 RÉPONSES

---

**Profil supprimé** - 01/02/2020 à 09h14

Bonjour Loumila.

Je ne vais pas pouvoir te renseigner sur les cures, mais je pense que quelqu'un ne tardera pas à le faire.

Je voulais juste te dire que je suis épatée par ta prise de conscience !! Te dire que tu as raison, l'alcool fait tout perdre au bout d'un moment, y compris ta santé. Avec la conscience que tu as de ton problème, je pense que tu es très bien partie pour parvenir à vaincre tout ça. Et l'entourage est aussi très important.

Bravo en tout cas, c'est très courageux de ta part de réagir et d'avoir prévu une cure si tu penses que c'est ce qu'il te faut.

Bon courage à toi, et tiens-nous au courant.

---

**Olivier 54150** - 15/02/2020 à 10h36

Bonjour LouMila

J'ai fait un une cure, il y à bien longtemps.

En 1998.

Je n'ai pas retouché une goûte d'alcool depuis.

Elle a été très difficile pour moi car j'étais très dépressif.

Tu devrais y apprendre beaucoup de chose sur l'alcool, son fonctionnement, la dépendance et l'addiction.

Je pense que bien connaître le produit et la solution pour que cela fonctionne. Non, j'en suis sûr.

Ensuite, une nouvelle vie commence. C'est comme sortir de prison je pense.

On n'est pas "sauvé" pour autant.

L' Alcool est partout, tu vas devoir l'apprivoiser, pouvoir le regarder en face sans y touché.

C'est beaucoup de travail au début.

Avec le temps c'est de plus en plus facile bien sûr.

Aujourd'hui, je n'ai plus qu'à faire attention qu'il ne se cache pas dans ce sirop pour la toux, ou dans une pâtisserie, de ne pas me trompé de verre lors de soirées...

L'alcool est une drogue, ne l'a remplace pas par une autre, même soi disant "douce"

C'est un piège. Pour nous, toutes les drogues sont dur.

Fait confiance à la médecine jusqu'au bout.

Tu peux lire ou voir le film "le dernier pour la route" d'Hervé Chabalier

qui à fait sa cure en suisse. j'ai beaucoup aimé.

Bravo pour ce grand pas franchi.

Bon courage.

Olivier.

---