

ESSAYER LES MÉDICAMENTS

Par **Mimich35000** Posté le 04/08/2020 à 05h07

Bonjour
Voilà bien longtemps que je bois seul.
Aujourd'hui je suis en couple et nous prenons tous les jours des apéros. Nous sortons souvent et les quantités absorbées ces soirs là sont effrayantes avec nos amis.
L'abstinence ne peut pas durer plus de trois jours.... non pas que je ne pourrais pas tenir, je n'ai pas de syndrome de manque (d'ailleurs je ne bois que le soir, très rarement voir jamais en journée), mais j'ai envie de reprendre un apéro, synonyme de fête...
Mais je vieillis et me sens toujours fatigué et finalement dépendant.
J'ai essayé d'arrêter, mais toujours une invitation, une bonne occasion, une journée difficile, bref une mauvaise excuse...,
J'en ai marre de cette dépendance, et faute d'avoir de la volonté, je veux me faire aider par un médicament.
Mais je ne veux pas passer par la case médecin.
Je vais essayer tout seul on verra bien

4 RÉPONSES

totophe69 - 04/08/2020 à 12h11

bonjour
oui les généraliste sont souvent plus compétent que les cliniques Privés boîtes à fric
je me permets de te tutoyer
mon.épou se est addicte à l.alcool
il.y à la baclofene mais pas fameux faudrait en.prendre au moins en.prendre au moins un.enfant quinzaine par jours
sinon.Mme prend du acamprosate 6 par jour
vérifié si tu as un.médecin qui fait l addiction à l.alcool
à plus jc de lyon

Moderateur - 06/08/2020 à 10h26

Bonjour Mimich35000,

Vous êtes dans une phase où vous constatez le problème et ses conséquences mais où vous n'avez pas encore véritablement pris la décision d'arrêter. Pour vous il semblerait que cela signifierait "la fin de la fête". Il est vrai que l'alcool est associé à l'idée de convivialité et de fête. Mais c'est une association culturelle et mentale, c'est une représentation.

Il est également possible de faire la fête autrement, d'être dans la convivialité sans boire. Cela s'apprend de la même manière que vous avez appris qu'alcool=fête.

Arrêter l'alcool ne doit pas être pour vous qu'un "renoncement" mais aussi une libération. La liberté retrouvée, la pleine forme et la disparition de la fatigue, le plaisir de se réveiller l'esprit clair, le plaisir d'un corps qui reprend de la vigueur sont quelques uns des avantages ressentis lorsqu'on arrête l'alcool.

Même si vous ne souhaitez pas arrêter pour le moment sachez que vous pouvez être reçu par un addictologue pour en parler et faire le point. N'hésitez pas à appeler notre ligne pour avoir des adresses ! Les consultations dans les centres d'addictologie sont gratuites. Essayez et vous verrez bien !

Cordialement,

le modérateur.

Olivier 54150 - 12/08/2020 à 17h14

Bonjour

Voici ce que cela m'inspire, et il ne s'agit pas de la vérité, juste un témoignage d'être humain...

Des médicaments contre les invitations, les occasions, les mauvaises journées ?!
Il faut bien garder à l'esprit que ce genre de médicaments agissent sur les cellules du cerveau, les neurones, tout comme l'alcool.

Le but, il me semble, est de dompter son système de récompense. Il faut absolument être bien dans sa tête, être heureux et joyeux. Alors, on se gave d'endorphine, de dopamine, d'ocytocine avec des prises de psychotropes en tout genre.

J'ai bu énorme puis arrêté et compensé avec du thc, puis arrêté et compensé avec des benzos.

Aujourd'hui sans rien je me contente de vivre dans ma réalité avec ses hauts et ses bas.

L'euphorie et planer me manque bien sûr, les possibilités de fuite sont drôlement amoindries et je suis forcé de regarder mes émotions et donc de changer.

Au final il me semble avoir plus la main sur mon existence même si les tentations sont multiples.

Les médicaments aident beaucoup, je ne dirais pas le contraire. Mais comme tout ce que nous faisons entrer dans notre organisme, c'est bien de savoir quoi, pourquoi et les effets.

Olivier.

Profil supprimé - 22/08/2020 à 02h46

Bonjour,
Les médicaments ont été LA solution pour moi, mais pas seulement.. il faut trouver une aide psychologique. Pour ma part je suis suivie à l'ANPA de mon département (association nationale de prévention des addictions) depuis un an. Et je peux affirmer fièrement que je n'ai pas bu une goutte d'alcool depuis 3 mois et 24 jours. J'ai d'abord eu un premier traitement le selincro mais je ne le supportais plus (idées noires entre autre).. maintenant je suis sous baclofène depuis début avril.

Avant ces 3 mois et 24 jours, je prenais une grosse cuite un jour sur deux.. pas joli pour une femme de 39 ans maman de deux enfants.. de plus je suis restauratrice depuis 14 ans donc l'alcool fait partie de mon quotidien professionnel. Maintenant je peux être dans mon restaurant à n'importe quelle heure du jour ou de la nuit et je n'ai même pas l'idée de boire une bière ou du Champagne que j'adorais avant (je pouvais boire 2 bouteilles de Champagne toute seule.. ou 15 bières). Le confinement m'a été très difficile confiné à côté de mon restaurant avec plus de 200 bouteilles.. mon mari alcoolique lui aussi...on était capable de boire un gros pack de bière et 4 bouteilles de vin en une journée.. mais heureusement la psychologue de l'Anpa et le médecin m'ont appelé toutes les semaines et m'ont été d'un soutien énorme. Donc après la cuite de trop.. les médicaments (baclofène) ont fait effet. J'ai refusé trois fois la prise d'anxiolytiques mais finalement je prends du prazepam car je souffre d'anxiété.. en effet avant je pouvais boire un coup pour décompresser mais maintenant je ne veux plus jamais boire d'alcool de ma vie. Ma mère était très alcoolique et en est décédée à 57 ans (fausse route alimentaire..) donc j'ai fait le choix de devenir abstinent avant de devenir alcoolique car selon les médecins de l'anpa je ne suis pas diagnostiquée alcoolique mais j'ai de très fortes chances (ou malchances!) de le devenir au vu de mon environnement professionnel et familial..

J'ai connu l'existence de l'Anpa grâce à ce site alcool info service que je consultais régulièrement car je me rendais bien compte que mon problème s'aggravait. Dans mon département ce sont des gens géniaux, toujours très accueillants et à l'écoute. Je crois par contre que le médecin ne prescrit des médicaments que s'il y a un suivi psychologique. Il faut beaucoup de volonté pour s'en sortir. Je vous souhaite de trouver la force de vous en sortir! Je vous recommande vivement l'ANPA car ce sont des professionnels des addictions et pour moi leur soutien m'est très précieux. Bon courage
