

## PHOBIE SOCIALE ET ALCOOLISME TENTATIVE D'ARRÊT

---

Par **Piflo** Posté le 23/11/2020 à 14h29

Bonjour,

Cela fait environ trois ans que j'ai commencé un traitement à base d'antidépresseurs et d'anxiolytiques pour m'aider à gérer ma phobie sociale, au début ça m'a bien aidé, peut-être un peu trop même car j'ai commencé à ingurgiter de l'alcool dans une soirée et ça a été le début de la descente aux royaumes de ma débauche...

Depuis maintes tentatives d'arrêts et de reprises, je ne sors plus de chez moi sauf pour renouveler mon traitement et ou faire des courses, cela avec énormément de difficultés.

Suite à une consommation extrême ces derniers jours, je refais un essai pour me sortir de cette impasse, je lis, fais des mots mêlés, regarde mon smartphone et surtout je dors pour faire passer le temps mais souvent je me réveille à l'ouest, sensation désagréable...

Courage à ceux qui sont dans le mal ou qui sont en phase d'action pour arrêter de boire...