

EXPÉRIENCE CURE DE SEVRAGE EN CENTRE DE SOIN

Par **kaolin** Posté le 07/07/2021 à 06h52

bonjour à tous,

comme beaucoup d'entre vous j'ai depuis très jeune des problèmes avec ma relation à l'alcool.

Il faut dire que l'on ne m'a jamais éduqué et mise en garde face à ce produit. Ma première ivresse, je l'ai eu à 14 ans ! Je suis née dans un petit village où les personnes âgées t'offraient de la liqueur à la place du sirop (juste pour situer le contexte!!).

Je suis une FEMME de 42 ans, mariée, ayant trois beaux enfants. J'ai eu la chance de faire le tour du monde, d'être bien entouré au niveau familial, d'avoir une maison incroyable ... et je suis malade alcoolique !

J'ai énormément déménager, jusqu'à il y a 7 ans j'arrivais encore à faire illusion. Je connaissais ma fragilité face à ce produit depuis des années. Moi je ne bois pas un verre, je bois la bouteille !

J'étais donc, la fille qui à chaque soirée était complètement pompette à ne plus tenir debout. Cela passe à 18 ans mais difficilement à 40 !

J'ai rencontré mon mari très jeune. Il m'a toujours connu ainsi. Mais avec le temps les alcoolisations de weekend sont devenues quotidiennes !

Au début quelques bières suffisaient à me détendre on va dire que j'arrivais à gérer.

Puis j'ai commencé à faire des crises de panique et à développer de l'agoraphobie. L'alcool c'est révélé être un super médicament pour traiter ces maux.

Ensuite, j'ai découvert que mon mari m'était infidèle depuis des années, les bouteilles ont su me soutenir pour oublier cette humiliation.

Depuis deux ans, c'est du grand n'importe quoi ! Ma consommation a explosé et, j'ai moi-même eu des relations extra conjugales ... bref le chaos total et ceci sous les regards de mes trois enfants. A la fin il m'arrivait de consommer le matin avant d'aller bosser, j'avais pris 10kgs, il y avait des cadavres de bières et de bouteilles cachés partout dans la maison. Je gérais difficilement mes enfants quand à mon mari il appréhendait tous les soirs son retour car il savait qu'il me trouverait allongé et ivre.

Après avoir consulté un psychiatre en ville (chose qui c'est révélée inefficace !) je me suis tournée vers une association l'ANPAA. J'ai ainsi été accompagné par une psychiatre patiente et compétente.

J'ai moi-même pris la décision de faire une cure de sevrage de 5 semaines. J'ai choisie le centre, j'ai fait ma valise et j'ai découvert un autre monde !!!

A ton arrivée la prise en charge médicamenteuse est très importante 40 mg de vallium par jour ça te calme. Au sein des centres de soins il y a tout types de profils ! Cela va du boulimique, au trans, du dépressif et au petit vieux que n'a pas pu trouver une place en Epadh. Au départ je les ai snobés, je ne me considérais pas à ma place. Je pensais être bien plus forte et ne pas faire parti de ce monde du "fou".

Mais après deux semaines j'ai appris à connaître ces gens qui se sont révélés formidables et bien moins tordu que beaucoup de personnes que je croisais au quotidien !

J'ai pu participer à des ateliers de sophrologie, modelage, sportif, yoga ... prendre du temps pour moi et surtout réfléchir et méditer sur la place que je voulais occuper dans ce monde.

J'ai eu la chance d'être suivie par une psychiatre et une psychologue expérimentées et efficaces. Tout de suite elle ont vu mon côté transgressif et proposé un traitement sous Espéral. Ce médicament t'expose à de très graves complications si tu consommes de l'alcool ! C'est un peu comme le système du collier pour chien qui envoie des décharges électriques si il aboie ! Un peu violent, je vous l'accorde mais terriblement efficace ... du moins pour moi !

Tu ne te poses plus la question de savoir si tu vas consommer ou dans quelle quantité car tu ne peux pas.

C'est simple, c'est clair.

Cela fait maintenant 3 mois que je suis abstinente ! N'ayant pas peur, n'ayez pas honte de faire une cure, de demander de l'aide ... car le sevrage alcoolique est l'un des plus difficiles à traiter seul ! Et croyez moi cela vaut le coup !

Si vous avez des questions

2 RÉPONSES

Profil supprimé - 07/07/2021 à 09h35

bonjour et bienvenue Kaolin,

Bienvenue sur ce forum . J'ai lu attentivement ton témoignage dans lequel je m'y suis retrouvé bien souvent et pourtant aujourd'hui je suis abstinente , très heureux dans ma vie de tous les jours car j'ai capitulé devant l'alcool . Plus de combats stériles, plus de vaines promesses ! Pas d'alcool, un jour à la fois m'a-t-on suggéré chez les Alcooliques Anonymes . Je suis resté abstinente une première fois avec eux durant trois mois et je me suis cru guéri . Il est vrai que je me rendais à leurs réunions en touriste. Je les ai quittés et quelques

deux ou trois jours plus tard je reprenais le premier verre, celui qui est fatal aux alcooliques car il en entraîne bien d'autres à sa suite . Ma rechute dura 9 mois et me mettait dans des situations de plus en plus périlleuses . Un jour , ivre-mort, je suis retourné dans le groupe qui m'avait accueilli un an plus tôt . Je ne sais ce qui s'est passé mais depuis ce soir-là je n'ai plus jamais repris le premier verre quoi qu'il se soit passé dans ma vie : maladies, divorce...

Mais, car il y a un mais , je n'ai plus jamais quitté cette association et je t'invite à la rejoindre , ne serait-ce qu'une fois, par curiosité . Il existe également un forum AA qui pourra te préserver de l'ombre de l'alcool pour te conserver dans la lumière de l'abstinence .

Utilise bien tous les outils qui sont à ta disposition et pour rien, ni personne , ne reprends plus le premier verre .

Bravo pour tes trois premiers mois de ta nouvelle vie sans alcool . Persévère un jour à la fois .

Bien amicalement

salmiot1

Moderateur - 07/07/2021 à 10h50

Bonjour Kaolin,

Merci pour votre beau témoignage. Les informations que vous apportez sur votre séjour en cure de sevrage sont précieuses pour nous toutes et tous.

Bon courage pour la suite. N'hésitez pas à intervenir sur le forum!

Toutes les adresses de ces lieux et des lieux de consultation en alcoologie sont disponibles dans les adresses utiles du site : <https://www.alcool-info-service.fr/Adresses-utiles>

La modératrice
