

JE SOUHAITE STOPPER

Par **Yessica** Posté le 20/02/2022 à 21h13

Bonsoir ,

j'ai un problème d'alcool depuis mes 23 ans peut-être même un peu avant je ne sais pas depuis combien de temps pour ne pas vous mentir . j'en ai 29 à l'heure que je vous écrit.

Ma consommation est vraiment élever au point de plus rien contrôler ! Généralement je m'endors sans me souvenir de rien , je suis souvent parti aux urgences a cause de ceci car sa me rend triste et j'ai tendance a penser a des choses du passé et là c'est partie j'enchaîne encore encore et encore ! Je souhaite arrêter mais je ne sais pas trop comment m'y Prendre en sachant qu'une fois que je commenceje vous l'avoue je m'arrête au point que je n'en peut plus parfois mon corp me dis stop mais je continue !

Je ne me comprends pas !

je suis partie aux urgences il y'a deux jours même pas et aujourd'hui J'ai recraquer avec deux bouteilles de vin rouges . Je ne suis pas fière.... j'ai impression de ne plus voire la fin pour me relever

2 RÉPONSES

Olivier 54150 - 21/02/2022 à 21h24

Bonjour

Et bien je pense que tu as bien fait de venir écrire ici.

Comme beaucoup tu es pris au piège.

L'alcool devient une vraie prison pour certains.

C'est pas donné à tout le monde.

Le seul moyen d'en sortir c'est de ne plus y toucher, et certainement pour toujours.

Pas facile à entendre, je sais bien.

Arrêter de boire et une aventure, un art, le plus beau défi de ta vie...si si

Lis les fils de ce forum, fait toc toc chez AA, Parle en à ton médecin... Renseigne toi sur cette addictions un maximum...

C'est pas une punition, c'est un apprentissage. 100% gagnant avec l'abstinence.

Un peu long, assez difficile mais ça vaut le coup. Garantie.

Merci d'être venu témoigner.

Courage.

Oliv

Piflo - 21/02/2022 à 21h42

Bonsoir et bon courage dans ton envie d'arrêter,

Pour ma part je souhaite en faire autant après maintes essais, j'ai jusqu'à présent tenu dix jours et je vais continuer à essayer d'arrêter.

Au plaisir de te lire
