

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

ALCOOLIQUE

Par **Lily0202** Posté le 30/03/2022 à 08h57

Bonjour,

J'aimerais vous parler de mon problème avec l'alcool . J 'ai 26ans et je vis avec mon compagnon qui lui est alcoolique et boit tout les jours.

Lors de notre début de relation et de vie commune , je buvais avec lui mais de manière occasionnelle .
Aujourd'hui après 3 ans de vie à deux , je me rend compte que je bois TOUT LES JOURS et trop je n'en suis franchement pas fière du tout , ca affecte mon sommeil , je me sens molle et fatiguée constamment. Hier soir j'ai bu presque 2 bouteilles de vin blanc AIE AIE , je n'ai dormi que 3heures cette nuit et ce matin je me réveille avec un bouton de fièvre sur la lèvre(mon corps fatigué me dit STOP)

Quand j 'essaye d'arrêter de boire , ça dure grand max 10jours et il suffit que je vois une pub pour du vin ou tout autre alcool à la télé pour que je replonge...

En ce qui me concerne je suis très sportive , je fais attention à ce que je mange,je mange très équilibrée, physiquement je suis mince, je m'habille bien , prend soin de mon apparence mais mais mais jamais oh grand jamais on pourrait penser que j 'ai une addiction à l'alcool

j'ai fait dernièrement des analyses de sang et tout est parfait, mon foie va bien , je ne manque d'aucune vitamines donc pour moi ça été comme un déclic , je me dis je vais tout faire pour garder une bonne santé et de cesser mes conneries, je ne veux pas me chopper que sais-je quelle maladie

Voila je voulais simplement m'exprimer pour mieux essayer d'avancer.
Merci de m'avoir lu

4 RÉPONSES

Carte - 31/03/2022 à 03h24

Bonjour Lily0202
Bienvenue sur le Forum et bravo de prendre conscience du problème.

Tu as bien raison de te poser les bonnes questions en ayant 26 ans et de pouvoir réagir très vite.
Car effectivement ton corps n'a pas besoin d'alcool pour fonctionner et même si l'alcool et l'apéro semble sympas, tu l'empoisonne au fur et à mesure.

Je te conseille d'en parler dans un premier temps avec ton médecin traitant afin de poser le problème sur la table avec lui pour faire un point sur ta consommation. Car fais attention, l'alcoolisme s'installe sans bruit dans ton cerveau et plus tu prendras des décisions tôt et moins tu auras de risque de rentrer dans la spirale infernale de cette maladie.

Courage à toi et tiens nous informé

Sy

Espoir0773 - 31/03/2022 à 09h54

Bonjour Lily,

Sy a raison, si je savais ce que je sais aujourd'hui j'aurais fait attention.

Tu es jeune et tu te poses les bonnes questions, alors n'attend pas que ce soit trop tard.

Tu dis que ton conjoint est alcoolique, en avez vous déjà parlé ?

Courage.

Lily0202 - 31/03/2022 à 10h58

Merci pour vos messages.

Oui en effet je lui en ai déjà parlé de manière très subtile sans le brusquer... Il me répondait simplement qu'il ferait attention mais malheureusement depuis que je le connais , je ne l'ai jamais vu faire de pause sans alcool pendant une seule journée.

En ce qui me concerne je commence à angoisser car on veut toujours donner la faute sur quelque chose ou quelqu'un et ici j'ai l'impression que c'est lui qui m'y a mené

Vu la vilaine gueule de bois que j'ai eu hier , je ne suis plus prête à boire avant longtemps , c'est dure de se donner une date ou une quantité de jour mais je suis motivée et je veux aussi retrouver un sommeil réparateur car avec le vin je ne dormais plus du tout(insomnie)

Carte - 01/04/2022 à 03h45

Bonjour Lily0202

Sans rentrer dans le détail de ta vie "loin delà mon idée" , je te dirai que ce qui compte c'est toi avant tout...

Réduire sa consommation d'alcool ou décider de ne plus boire, sera la meilleur décision de ta vie.

L'alcoolisme est une maladie dangereuse sans compter les risques que tu fais porter à ton corps.

Chaque verre va t'enfoncer tout doucement dans la dépendance. Je fais exprès d'être alarmiste car je n'ai pas eu moi à 26 ans la clairvoyance de regarder la vérité en face " toi oui" moi J'ai du attendre 40 ans et je peux t'assurer que ce n'est pas beau à voir.

Prends le bonnes décisions maintenant, tu en sortiras encore plus heureuse et c'est même un tournant dans ta vie

Au plaisir de te lire

Sy
