

CUL DE SAC

Par **Cameleon** Posté le 14/04/2022 à 06h13

Bonjour,
Après avoir lu divers témoignages sur le forum depuis un certain temps, je me lance aujourd'hui, parallèlement à mon projet d'arrêter de boire de l'alcool dans un futur proche, bien que je doute d'être capable d'y arriver...
J'ai bientôt 30 ans et je suis tombé dans les addictions assez jeune. Ça a commencé par le cannabis, associé au tabac, vers 14/15 ans, âge auquel j'ai également pris mes premières cuites, mais l'alcool n'était pas encore un problème, à l'époque c'était plutôt le cannabis... Ensuite, je suis passé par une période de déboires, de 20 à 25 ans, mélangeant alcool, cannabis, cocaïne et autres drogues, pour diverses raisons que je m'abstiendrais de développer ici afin de ne pas écrire 15 pages.
Bref, suite à un choc émotionnel important (perte de mes deux chiens qui se sont fait fusillés par des chasseurs, propriétaires de poules en colère...), j'ai entrepris des démarches auprès d'une énergéticienne car j'étais vraiment au fond du trou, et elle m'a beaucoup aidé à évoluer positivement et à me libérer de certaines mauvaises habitudes. Cependant, l'alcool a résisté, tel un vaillant guerrier impossible à abattre, nourri par ma culpabilité et mes angoisses... Aujourd'hui, je bois environ 3L de bière par jour, c'est beaucoup trop, même si ce n'est "que" de la bière.
J'avais également vu un psychologue pendant quelques séances, que j'ai recontacté récemment, bien que je ne sois pas vraiment fan de la profession. Je suis également très méfiant de l'industrie pharmaceutique, pour avoir été témoin des ravages engendré par certains médicaments, et sachant que les méthodes employées par Big Pharma sont les mêmes que celles employées par les fabricants d'alcool et de tabac, à savoir : manipulation, publicité mensongère, corruption des politiques, dans le but de faire du profit.
Je ne suis donc pas vraiment chaud pour prendre des anxiolytiques, mais ce serait peut-être nécessaire, une semaine ou deux maximum, le temps du sevrage physique. Il est hors de question que je remplace l'alcool par des benzos, d'ailleurs je dis souvent que la bière, c'est mon anxiolytique, en plus d'être un anti-dépresseur et un somnifère...
J'ai bien peur que cela ne suffise pas, j'ai l'impression d'avoir tout essayé (médecins, psys, énergéticiens, hypnose, etc...) et je ne crois pas que ce soit un Xanax ou un Valium qui puisse faire la différence, car je pense que mon addiction à l'alcool est bien plus psychologique que physique, et donc que ce n'est pas un médicament qui va régler le problème.
J'ai vu hier une nouvelle médecin afin d'essayer de trouver une solution, et elle renvoie la balle (moi) vers l'ANPAA, où je suis suivi depuis plusieurs années. Il y a beaucoup de délai pour avoir un médecin via cette association, j'avais d'ailleurs demandé si c'était possible d'avoir un RDV mais comme je n'ai jamais eu de nouvelles, j'ai finalement pris RDV avec cette médecin qui "ne se sent pas capable de m'aider".
Voilà, j'ai un peu l'impression d'être dans un cul de sac, ou plutôt dans un labyrinthe très compliqué, et j'avais besoin d'en parler ici, histoire de me sentir moins seul. Avant de mourir d'un cancer ou d'un coma éthylique. N'hésitez pas à faire part de vos avis et de votre expérience. Merci

2 RÉPONSES

Espoir0773 - 14/04/2022 à 11h07

Bonjour Caméléon,

Le fait d'avoir écrit ici c'est déjà super. Je pense que l'équipe de alcool-info-service peut t'aider quand à l'accompagnement dans une ANPAA. Du moins c'est ce que j'ai cru lire dans d'autres fils. N'hésites pas à les contacter directement.

Et puis il faut croire en toi, il faut croire qu'un jour tu vas y arriver, peut être pas du premier coup, peut être pas du deuxième, mais il faut y croire. Si tu le veux vraiment tu vas réussir.

Bon courage à toi.

Bebe27000 - 14/04/2022 à 22h18

Bonsoir

Je suis nouvelle de ce soir et cela fait des années que je bois... en cachette le soir et maintenant le midi au travail en cachette aussi. Je sais que c'est de l'alcoolisme mais je n'arrive pas à lutter contre l'envie... c'est mon antidépresseur, mon somnifère....je suis seule face à mes problèmes quotidiens et l'alcool m'aide à m'évadzr, à m'inventer une vie idéale...je sombre alors que j'ai 2 beaux enfants que j'aime par dessus tout.....est ce que je suis folle ?

S'il vous plaît aidez moi !! Avant que je trouve le courage de mettre un frein final à ce mal
