

API ÉTANT JEUNE ET CONSÉQUENCES

Par **Gargantua** Posté le 07/06/2022 à 23h52

Bonjour

J'ai bientôt 24 ans et déjà je me pose des questions sur ma consommation d'alcool... J'ai commencé entre 15 et 18 ans à boire très rarement en soirée au lycée (quelques soirées dans l'année mais qui finissaient souvent par un vomi)..

Puis vers 19-20 ans j'ai bu de plus en plus régulièrement, jusqu'à parfois boire seul chez moi le soir (heureusement cela n'est pas arrivé souvent). Je faisais mes études dans une grande école à Paris et la vie urbaine me stressait énormément, venant de la campagne normande ça faisait un choc. En sortant 2 ou 3 fois par semaine environ, je voulais me distraire de ces soucis. Je pensais que l'alcool était une sorte de substance magique capable de me rendre intéressant (et de rendre les autres intéressant au passage). C'était une époque très chaotique pour moi où j'alternais phases de beuveries qui s'accompagnaient des crises d'angoisses, et phases de sobriété de quelques semaines. Mais je ne me posais pas vraiment de question sur l'alcool alors.

Par la suite je suis retourné dans une ville calme, j'ai un peu apaisé mon esprit mais j'ai continué à me mettre des tôles le week-end (1 cuite par semaine voire 2 parfois). Ce n'est qu'il y a environ 6 mois que j'ai pris conscience que l'alcool me ruinait moralement... Depuis 2 mois environ j'ai ralenti ma consommation à environ 2 soirées par mois et ça me fait beaucoup de bien... mais j'aimerais freiner encore un peu. J'ai l'impression que l'alcool a ce pouvoir de "dérégler" notre machine interne est qu'il fait ressortir des angoisses, voire en crée de toute pièce.

Maintenant j'ai un peu peur : j'espère d'une part réussir à freiner le plus possible mes consommations, et surtout mes API parce que je constate de plus en plus que après 2 verres, l'envie se fait ressentir d'en boire 10. Je suis du genre à tout quantifier, à faire des tableaux Excel du nombre de soirées faites dans l'année...

Est ce que des API répétées (1 - 2 fois par semaine) peuvent avoir des conséquences sur le long terme et si oui lesquels ?

2 RÉPONSES

roland - 10/06/2022 à 16h36

Bonjour Gargantua

Peux tu expliquer ce qu'est une API ?

Pour moi c'est Application Programming Interface et google ne m'aide pas beaucoup avec Allocation Parent Isolé ...

Moderateur - 10/06/2022 à 16h40

Bonjour Roland,

Je me permets de répondre.

Une API c'est une Alcoolisation Ponctuelle Aiguë.

Cordialement,

le modérateur.
