

QUE DOIS JE FAIRE ? JE DEVIENS ALCOOLIQUE...

Par **Chaisedecuisine** Posté le 10/08/2022 à 12h34

Bonjour à tous,
J'ai besoin d'un avis extérieur , car je suis un peu perdu...

J'ai 35 ans, un emploi stable en CDI dans un métier que j'aime.

Cependant depuis le début du confinement je me suis mis à boire(j'ai du mal quand même à me rappeler du pourquoi du comment et quel jour) .il faut savoir qu'avant cette période, je ne buvais pas une goutte .

A l'heure actuelle je ne bois pas la semaine lorsque je travaille, mais uniquement le jeudi soir car je suis en week-end.
Ma consommation : je bois seul, une bouteille de rosé et toujours en début de soirée 19/20h .

Cependant lors de ces derniers mois, j'ai plusieurs fois bu deux fois dans le week end , le jeudi et le samedi par exemple... toujours seul.

Et la étant en vacances par contre c'est l'excès, je peux boire plusieurs fois dans la semaine, plusieurs jours d'affilée .
Toujours une bouteille de rosé par jour.

Ce qui m'inquiète : ma consommation qui augmente, le fait de me dire " Bon j'arrête" mais rebelote la semaine d'après, peur de l'effet à moyen/long terme sur ma santé...

J'ai aussi eu des rendez vous pour des loisirs le vendredi matin , que je reporte car la boisson du jeudi est devenu quasiment une obligation/rituel pour moi .

J'ai un rendez vous médical début septembre avec la remplaçante de mon médecin traitant...dois je évoquer ce sujet? Dois je prendre contact avec un centre en particulier?

Merci pour votre avis/conseil.

1 RÉPONSE

Carte - 11/08/2022 à 04h38

Bonjour Chaisedecuisine

Il est préférable de voir son médecin et d'en parler.
Je ne suis pas médecin ni spécialiste de cette maladie, mais tes écrits ne m'inspire pas d'alerte particulière.

Boire beaucoup d'eau, faire du sport et revenir à une abstinence totale pendant 15 jours. Tu pourras faire un point après

Bonne journée

Sylvain
