

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

40 ANS DANS L'ALCOOL

Par **Momo78** Posté le 24/12/2022 à 07h25

Bonjour
Je ne sais pas pourquoi je suis là, enfin si je sais j'ai vécu toute ma vie dans l'alcool aujourd'hui 57 ans je me dis qu'ai-je fait d'autre?????je voudrais tellement tourner le dos à cette foutu bouteille mais comment ???elle prend toujours le dessus. Aujourd'hui ras bol je n'ai plus goût à rien, j'oublie tous, je suis agressif, je pleure je ris. cette bouteille m'auras volé ma vie. j'ai honte je bois un cubis de rosé pour 2 jours. je triche quand il est vide je le remplace en cachette tellement j'ai honte
Voilà ma vie enfin si on peut appeler ça une vie

12 RÉPONSES

Modig - 26/12/2022 à 21h41

Bonsoir, Rencontrer un professionnel de la santé ..médecin, addictologue, psychologue .. c'est un point d'appui je me dis Moi aussi 57 ans et ras le bol... On va y arriver

Alexia - 27/12/2022 à 10h04

Bonjour, j'ai 46 ans et le même problème que vous. Je bois seule au moment des repas. Tous les soirs, je me dis que j'arrête demain. Mais comme vous l'imaginez, ce n'est pas si simple. Je ne suis jamais ivre mais très fatiguée et cela me permet de calmer des souffrances. Bon courage, je commence seulement à prendre vraiment conscience.

Momo78 - 27/12/2022 à 13h01

Bonjour
Oui moi aussi que commence à prendre conscience ALEXIA
J'ai également essayé de prendre rdv avec un professionnel MODIG car j'étais motivé et pas de rdv avant février est ce que je serais tjrs motivé. J'ai essayé 1 journée sans boire j'étais encore plus mal
MERCI POUR VOTRE SOUTIEN

Alexia - 27/12/2022 à 14h41

Moi, je n'ai pas pris de rdv avec un professionnel pour le moment. J'ai encore espoir de m'en sortir seule.. Tout en sachant que c'est loin d'être gagné. Mon entourage n'en sait rien et j'ai honte. Ça ne se voit pas, c'est peut-être pire d'ailleurs.. Courage Momo78, la route sera longue je pense.

BlueMonday - 27/12/2022 à 19h30

Bonjour Momo, bonjour Alexia,

Je suis en ce moment dans une bonne phase (pour comprendre je vous invite à lire le message que j'ai écrit à Kalim85).

L'arrêt de l'alcool passe par de multiples démarches personnelles, médicales, sociales.

Ne pas hésiter à en parler, ne pas avoir honte. L'alcool est une faille comme d'autres. Accepter d'en avoir une : pour certains c'est de ne pas savoir faire.. D'être comme cela .. De ne pas pouvoir arrêter le tabac, d'être accro aux médicaments pour dormir, de manger trop, de ne pas réussir à maigrir, de ne pas évoluer professionnellement,

Bref, nous devons relativiser et nous pouvons tous nous améliorer.

L'alcool cause d'importants préjudices mais avec le cœur et la volonté les problèmes peuvent être résolus.

Je vous embrasse,
BlueMonday.

Momo78 - 27/12/2022 à 20h27

Alexis
Vous buvez quelle quantité sur une journée?

Dieu merci je prends soin de moi donc ça passe inaperçu mais jusque quand .?
On me dit que sans professionnels on ne peut pas y arriver pourtant ma sœur a arrêté seule ça fait 1 ans et demi

Alexia - 28/12/2022 à 12h36

Bonjour à tous, Ça fait du bien de discuter avec d'autres personnes connaissant ce fléau. Momo, en ce qui me concerne, ma quantité d'alcool consommé est variable. Lorsque je travaille, je ne bois que le soir. Je déjeune le midi à la cantine ce qui m'évite de rentrer chez moi. Par contre, chez moi, je peux boire 1 bouteille de vin rosé ou blanc voir un peu plus avant et pendant le repas. Je peux tout à fait boire un cubi en un week-end. Je n'aime pas les alcools forts. Cette maladie est très mal perçue tout comme la dépression et il faut l'avoir vécu pour comprendre. Pour beaucoup, si tu bois et bien tu es un alcool. J'ai des problèmes d'hypertension et un traitement pour ça. Mes dernières analyses de sang n'étaient pas mauvaises et le médecin ne m'a parlé de rien. Le fait d'en prendre conscience est déjà une bonne chose je pense. Après il faut en parler mais je ne me sens pas prête.

BlueMonday - 28/12/2022 à 18h52

Hello Momo,

J'ai relu votre message et ceux de nos comparses de galère. Modig, je m'excuse de ne pas t'avoir cité.

Oui, le fait est que nous subissons tous cette addiction. Au delà des quantités consommées, du produit, le fait est que ce comportement est qqc que nous subissons.

Les préjudices de l'addiction à l'alcool sont reconnus. Les aides multiples et gratuites. Et c'est peut être une bonne partie du problème. Tu bois, tu connais les conséquences et pourtant tu continues ! Ça coûte cher, moi j'ai l'impression d'être une enfant à 45 ans !

Non, je ne me résigne pas, certes cela peut paraître immature mais j'existe et l'alcool ne prendra pas le pas sur ma vie

Comme je le dis, c'est une faille, difficile à combattre quand on est soi même concerné, mais notre vie ne peut pas être réduite au produit alcool,

Je vous embrasse,
BlueMonday

Momo78 - 29/12/2022 à 15h24

Bonjour BLUEmonday

Oui d accord quand tu dis j existe et l alcool ne prendra pas le pas sur ma vie mais très compliqué tt les jours je dis demain j arrête et tjrs au même point

J ai voulu arrêter 2jours et j étais tellement mal que j ai du boire pour aller mieux c est grave mais c est vrai

Mais je suis motivé pour ralentir avant d arrêter brutalement

Merci

Profil supprimé - 29/12/2022 à 15h43

Bienvenue Momo78 ! Bonjour à toutes et à tous !

Suis étonné qu'aucun d'entre vous n'ait parlé des associations d'anciens buveurs, vraiment étonné car qui peut bien comprendre un alcoolique qu'un alcoolique ?

La première personne que j'ai rencontrée lors de ma première réunion chez AA fut un monsieur de 80 ans qui m'a dit avoir 20 ans d'abstinence . Donc ce monsieur François de son prénom, avait capitulé devant l'alcool à 60 ans alors que moi j'en avais 37 à l'époque . Donc Momo tu as une longueur d'avance sur ce François et toi aussi comme la plupart d'entre vous , tu peux vivre sans alcool . C'est pas une question d'âge ni de quantité ingurgitée . C'est l'état de folie ou de détresse dans lequel on se retrouve lorsque l'on a trop bu . L'alcoolisme est une maladie progressive , n'attendons pas à ce qu'elle nous mette complètement à terre et réagissons au plus vite . C'est ce que je te souhaite à toi et à vous en cette fin d'année 2022.

Personnellement je n'ai pas accroché à ma première tentative et suis retourné dans l'alcool durant 9 mois mais la seconde fut la bonne et cela fait plus de 37 ans que je n'ai plus ingurgité la moindre goutte d'alcool . Je vis mon abstinence avec les AA depuis tout ce temps et je la vis comme une libération et non comme une privation .

Si tu ne connais pas AA , je crois savoir que dans le 78 il y a de nombreux groupes; pousse une fois un porte ne serait-ce que par curiosité .

Rien ne t'empêche bien sûr de consulter un professionnel , bien au contraire .

Bonne route à toutes et à tous.

Modig - 29/12/2022 à 22h32

Bonsoir vous tous, du fil ou d ailleurs... Parce qu'il y a partout des gens concernés par ce souci que parfois des vies peuvent rencontrer. Que ce soient celui où celle qui boit, celui où celle qui voit boire, celui où celle qui a bu, ceux qui savent mais ne disent rien, ceux qui disent mais ne savent rien. L alcool est dans toutes les vies d une façon ou d une autre. Ici se meuvent des personnes qui comme moi ont laissé ce poison se distiller dans nos corps et notre esprit . On l imagine réparateur, apaisant .. mais il détruit l amour propre, l estime de soi, et parfois met en danger famille, vie professionnelle, voire met la vie en péril tout court. La sienne ou celle des autres si par malheur on conduit en ayant bu.. je sais tout cela, vous aussi. Et pourtant la main continue de se tendre vers la bouteille sans pouvoir

s'arrêter après le premier verre. Je me dis que chacun fait comme il peut. Arrêt brutal ou bien diminution progressive. J essaie de faire ce que l addictologue m a dit : jour après jour. Sans objectif autre que la journée. Je lis beaucoup sur le sujet, je regarde des témoignages, j écoute des émissions en rediffusion. Je m abreuve (je choisis ce mot,) d alcool dans sa version plus externe et réfléchie. Les personnes compétentes, les expériences de vie , le partage des sentiments négatifs que je ressens, m aident et m encouragent. J ai 57 ans, je crois que j ai toujours bu. Je ne veux pas en mourir . Je vous envoie force et courage , solidarité et bienveillance. .! C est possible. Jour après jour.

Momo78 - 14/01/2023 à 06h12

Bonjour à tous

Encore une belle gueule de bois ce matin je mettais promis de ne pas boire et la bonne excuse 58 ans hier.

Comment peut-on en avoir marre et continuer même pas fichu de tenir une promesse je me suis encore rendu ridicule comme à chaque fois..aujourd'hui je sais que j aurais dû mal à boire mais demain.....j ai appelé pour un rdv car je veux arrêter mais pas de rdv avant avril

Je deviens moche je me dégoûte je m ecoeure .Sa soulage de vider son sac mais ça ne résout rien

Bon week-end à toussss
