

## PREMIER JOUR DE RESTE DE MA VIE...

---

Par **Profil supprimé** Posté le 17/04/2023 à 14h38

Bonjour à tous,

Cela doit faire environ 2 ans et demi que je bois de manière abusive. Pas forcément régulier mais 2 ou 3 soirs dans la semaine et quand je bois, je cherche l'ivresse, le coté anesthésiant. Je me mets misérable...

Pourquoi j'ai vrillé? Je crois que cela correspond au décès de mon chien et à la période Covid. J'ai toujours eu un comportement d'addict : que ce soit avec la cigarette, la nourriture, les achats compulsifs...

Depuis ce 15 avril 2023 j'ai décidé de ne plus boire. J'espère vraiment y arriver. Si j'écris ce message aujourd'hui c'est que je n'ai qu'une envie : aller acheter des bières en rentrant du travail ce soir.....depuis plusieurs semaines, je n'arrete pas de remettre mon arret à plus tard. Là je veux tenir ! Déjà pour ma santé, je n'ai que 34 ans. Ensuite et je dois l'avouer c'est une des raisons principales meme si c'est malheureux à dire : le coté financier. Je suis seule et propriétaire, je n'ai pas un salaire de luxe, le quotidien est déjà difficile à assumer....et l'alcool n'est vraiment pas une dépense indispensable loin de là....

L'alcool agit sur moi comme un "doudou" (comble le manque affectif) et comme un passe temps. Je suis quelqu'un de très solitaire, n'ai pas beaucoup d'amies, et qui sort très rarement.

Je suis suivie pour dépression déjà par un psychiatre et psychologue.

Je me suis inscrite sur ce forum afin d'y trouver de l'aide et du soutien. Y a t il de jeunes femmes comme moi qui essaient d'arreter?

Bon courage à vous tous

### 1 RÉPONSE

---

**Poupy** - 19/04/2023 à 09h45

Bonjour Anonyme !

Ca me parle bien, ça, l'idée du doudou....  
Comme une bulle dans laquelle on se cache...  
Et oui, souvent, nourriture, cigarettes, tout y passe!

Bon, je ne suis pas une jeune femme parce que j'ai 50 ans, mais bon, dans ma tête je viens de sortir de l'adolescence 😊)

Alors si tu veux mon aide quand même ?!

Où en es-tu aujourd'hui ?

---