

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

RETOUR D'EXPÉRIENCE SI ON PEUT APPELER ÇA

Par **Louise59** Posté le 22/06/2023 à 19h52

Bonsoir,

J'ai l'habitude depuis des années de fréquenter le forum et depuis quelques jours plutôt 3 semaines rechutes. Je me suis faite avoir avec l'alcool du week end. Je ne bois que le week end je gère mais ils y a 3 semaines un peu d'alcool le mercredi puis jeudi puis vendredi et samedi. Lundi boulot fatiguée épuisée mais je tiens la face. Et a nouveau jeudi, vendredi et drame dimanche, grosse crise d'angoisse rdv aux urgences tellement je suis désarmée. Retour lundi matin des urgences rien a faire pour mon cas. Rdv médecin traitant une semaine d'arrêt et encore plus d'angoisse. Alcool mardi, selincro mercredi et ce soir alcool. Est ce que je dois retourner dans un processus de soin sachant que je suis en CDD et pensé décrocher un CDI. Je suis triste, dégoûtée, honteuse, angoissée, dépitée Comme quoi l'alcool est très malin Même quand vous pensez que vous gérez c'est une fausse idée.

7 RÉPONSES

Laure217 - 23/06/2023 à 14h35

Bonjour Louise,

Concernant le processus de soin, toi seule peut le savoir, peut-être au fond de toi. Ok tu as rechuté et oui, on se rend compte que les occasions peuvent devenir quotidiennes. Même si on le sait, c'est pas toujours aussi facile d'arriver à tenir. J'ai eu du mal à l'admettre, et je ne sais pas si je tiendrai, mais je sais que je dois m'en passer une bonne fois pour toute, car sinon je n'en sortirai pas, c'est mon fonctionnement. Essaie d'identifier la source de tes angoisses, essaie d'y remédier : podcast hypnose, méditation, yoga, bien-être... Accroche toi peut-être à ton contrat, ton travail comme source de motivation. On est tous triste, dégoûté, honteux, angoissé et dépité les lendemains d'alcool, ne t'en tiens pas rigueur. Vois comment tu peux changer les choses te concernant.

Bon courage

Louise59 - 26/06/2023 à 22h31

Bonsoir Laure,
Je sais aussi que je doit m'abstenir complètement mais régulièrement des rechutes. Je travaille depuis des années sur mon envie de boire mais justement j'ai l'impression que des lors que je cherche je bois encore plus. J'ai envie de m'accrocher a mon travail sauf que mon arrêt de semaine dernière m'a culpabilisé et je n'ai pas était capable de reprendre mon travail ce matin. Le processus de soin même si je suis suivie en ambulatoire les soins en hospitalisation ou cure sont toujours très long à mettre en place.

Je me sens perdre pied vraiment.

Louise59 - 03/07/2023 à 18h25

Bonsoir,

Ben du coup toujours pas de reprise de travail même si j'avais très envie, j'ai compris que je ne tiendrais pas longtemps. Si ma tête m'appelle a l'alcool, ce n'est pas pour rien. Du coup, rebelote chez mon médecin généraliste qui m'arrête jusque fin juillet, des soins sont entrain d'être mis en place notamment l'accueil dans une famille. Ça me fait peur mais réellement même avec me travail, je ne vis pas alors cette fois, je décide de prendre du temps pour moi pour ma santé. A chaque fois, j'ai repris le travail en me disant mais non je ne suis pas malade mais la réalité c'est que je suis malade. Je crois que l'alcoolisme est le cancer de l'âme. Je tiendrais si je peux un état des lieux de ce type de soin c'est a dire l'accueil en famille. A voir. En tout cas c'est une vraie maladie et il fait réussir à déculpabiliser les malades. Bon courage a tous

Louise59 - 09/07/2023 à 14h06

Bonjour à tous,

Aujourd'hui, j'ai 40 ans et je suis alcoolique. Me dépendance en général m'a freiné à tout point: étude, travail, famille, amitié, amour. Alors je passe cet anniversaire avec ma meilleure amie la bouteille de vodka.
Bon courage à tous

Louise59 - 13/07/2023 à 14h05

Bonjour,
Aucun retour de mon séjour en famille d'accueil j'ai envoyé un SMS en disant que je ne voulais pas y aller et depuis plus de nouvelles du centre qui me suit.
Je plonge, je suis en arrêt alors je ne fais que boire. Je suis de plus en plus angoissée.
C'est dur surtout quand on est seul.

Profil supprimé - 13/07/2023 à 20h45

Louise59 tu n'es pas seule.
On est là, et on est tous dans cet entredeux dangereux entre abstinence et alcoolisation...
Avec quelques jours de retard, bon anniversaire !
Tiens le coup, essaie de diminuer, de trouver de bonnes raisons d'arrêter progressivement.
Une heure, puis une autre, puis encore une.
Viser le possible....
Carvi

Louise59 - 15/07/2023 à 14h56

Bonjour,
Bonjour Carvi merci pour ton soutien.
L'alcool est vicieux.
Il n'y a plus que lui qui me donne la force de me lever me laver nettoyer pour l'instant.
Et les soins toujours une éternité à mettre en place.
Merci encore.
