

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

JE SUIS CAPABLE DE TENIR 8 A 10 JOURS SANS BOIRE ,MAIS CET EFFET ENNIVRANT QUE ME PROCURE L ALCOOL ME RAPEL

Par **Profil supprimé** Posté le 15/01/2014 à 06h08

bonjour a tous , depuis quelques années je consomme avec excès a chaque fois minimum 1 fois par semaine je recherche le "nirvana" mais apres c l enfer "gueule de bois" etc ...
je suis en train de me soigner avec le CSAPA c est un centre d addictologie. Prise de sang la semaine derniere et aujourd hui resultat chez le medecin du centre pour; je penses entamer un sevrage , je vous tient au courant pour la suite

2 RÉPONSES

Profil supprimé - 16/01/2014 à 13h43

Bonjour BERLUE,

Très bonne initiative, ça n'en sera que bénéfique.

Après ton sevrage il va te falloir affronter tes envies d'alcool et l'environnement.

DETERMINATION (tu ne touches pas au premier verre)

PERSÉVÉRENCE (laisse le temps au temps)

VIGILANCE (va en association, minimum tout les 15 jours)

Bon courage

j'y suis arrivé, pourquoi pas toi. j'ai 35 ans d'alcoolisme et depuis 7 ans abstinent TOTAL.

Hervé

Profil supprimé - 20/01/2014 à 11h01

merci hervé; pour ton soutien je vais tacher de m accrocher
au plaisir tchuuuussss
