

## BESOIN D'AIDE

---

Par [Lhlc95](#) Posté le 13/08/2023 à 15h01

Bonjour à tous,

Je suis nouvelle ici.

J'ai une consommation beaucoup trop importante à savoir une bouteille de vin pétillant par jour + les apéros avec mon mari 4 fois par semaine

Ça monte donc à 1 bouteille 1/2 voire plus le week-end.

J'ai besoin d'aide pour réduire ma consommation

Mon taux de CDT est mauvais ça a effrayé mon médecin.

Je suis sous tegretol et venlafaxine du à un trouble bipolaire

Je suis sous Selincro depuis 3j

Je n'ai pas trop d'effets indésirables à part les insomnies terribles et le besoin de m'étirer les jambes.

Je suis en week-end avec ma fille donc pas trop l'occasion de boire.

Mais il est vrai que j'ai noté que l'envie était moins importante, je n'ai même pas bu un verre hier soir, une première un samedi soir, est-ce grâce au Selincro ?!

Et j'ai peur du retour au quotidien

Je travaille 2h par jour avec des enfants, (suite à une maladie grave), ce qui me laisse beaucoup de temps pour céder à la tentation...

Au plaisir de vous lire