

## RECHUTE ENCORE ET ENCORE

---

Par **Louise59** Posté le 28/09/2023 à 15h29

Bonjour,  
Je suis une femme de 40ans alcoolique depuis au moins 10 -15ans peut être plus je ne sais pas.  
Je sors de soin en famille d'accueil au 30 août et le 31 je rebois alors que un mois sans rien, pleine d'espoir.  
Aujourd'hui, incapable de sortir même les poubelles qui s'entassent. Je ne me lave pas, ne me brosse pas les dents, je ne sors pas. Je me fais livrer à manger, à boire. Je n'ai plus d'emploi donc je dépense l'argent que je n'ai pas je n'ai même pas payer mon loyer.  
J'ai peur de me retrouver à la rue mais encore aujourd'hui j'ai craqué.  
Dossier de cure en cours mais l'attente est longue.  
Comme quoi tu perds tout.  
En prime antidépresseur et anxiolytiques mais avec alcool ça ne marche pas.  
Je n'ose plus recevoir personne chez moi et encore moins sortir sauf très tôt le matin.  
Je ne sais plus quoi faire. Un long projet à chaque fois je dis cela et au bout d'un mois j'arrête.

### 4 RÉPONSES

---

**ALASKA - 29/09/2023 à 14h49**

Bonjour, je suis touchée par votre message.  
Je suis nouvelle et inscrite que depuis maintenant,. Je ne connais pas les codes ni même ce qu'il est possible de dire ou non.  
Je n'ai pas ce parcours, ni ces difficultés financières. En revanche j'ai le même type d'alcoolisme, cyclique. Je peux rester sobre pendant 1 mois ou 2 et replonger de plus belle en buvant tout les 2 jours. Rien n'est assez puissant pour m'empêcher d'aller vers l'alcool. Ni mon travail, ni ma famille, ni mon compagnon.  
Consciente que suis parfaitement capable de me passer d'alcool physiquement j'en ai déduit que le truc était plutôt psychique, du coup je consulte depuis peu une psychologue. Je mise tout mes espoirs en cette thérapie.  
Bien sûr la thérapeute n'arrêtera pas l'alcool à ma place mais j'espère bien qu'elle me fera comprendre pourquoi je suis allée vers ça ( et bien d'autres addictions plus jeune ).

---

**Louise59 - 30/09/2023 à 14h09**

Bonjour Alaska,  
Merci ton ta réponse au fil.  
Je pense qu'une thérapie est indispensable effectivement.  
Pour ma part je suis en attente d'un rdv CMP car impossible de trouver un psychiatre.  
Et bien-sûr le physique ce n'est pas le plus grave. En deux semaines tu es sevré.  
Le plus dur c'est de se tenir et comprendre pourquoi.  
Je te souhaite que ta démarche aboutisse à un mieux être

---

**Louise59 - 15/10/2023 à 19h21**

Bonsoir,  
Bon je reste dans le cercle vicieux de l'alcool. Et la rechute est pire j'ai l'impression depuis mon retour se soin il y a 1 mois et demi.  
Prochain soin fin décembre seulement cela me semble long.  
Des journées de plus en plus compliqué comme si ma c'était arrêtée.  
J'ai repris un peu l'entretien de mon appartement et de mon hygiène je crois grâce à antidépresseur mais toujours impossible de sortir tellement honte de mon physique. Encore pris 4 kilos en un mois.  
Le visage gonfle et une vie complètement décalée.. levé vers 10h 11h alors que je suis un lève tôt et l'alcool qui augmente la fréquence la quantité.  
En attente de soin avant fin décembre car deux mois encore comme ça me fait peur.  
J'espère que vous allez mieux.  
Force c'est dur

---

**Louise59 - 21/10/2023 à 12h13**

Bonjour,  
Hate d'entrer en cure, seulement fin décembre mais seule à la maison je n'y arrive pas.  
Toujours dans le même cercle, boire, lendemain repos et surlendemain boire.  
Moral à zéro, mélange d'antidépresseurs, anxiolytiques, médicaments pour dormir.  
Impossible de sortir de chez moi, même pour sortir les poubelles.  
Impossible de rechercher ou trouver du travail, j'ai trop peur de ne pas assumer.

---

Mes journées se résument à nettoyer un peu, me laver un jours sur deux et boire un jour sur deux.

Entre temps ses appels, des disputes, la honte, la rage.

L'impression d'être impuissante et de m'être perdue.

Vivement les soins qui je pensent devront être long. En cure fin décembre mais je dois trouver une structure pour après car 5 semaines ne seront pas suffisantes.

J'ai encore l'espoir de m'en sortir

---