

## RECHUTE

---

Par **Cat7564** Posté le 06/01/2024 à 09h35

Bonjour tout le monde Aïe aïe aïe je suis sortie du train avant hier...je remonte mais je m'en veux beaucoup de cette faiblesse. C'était même pas de la faiblesse je crois que c'était plutôt une volonté !!! Ce qui est bien pire.Courage à toutes et tous

### 2 RÉPONSES

---

**Sunshine** - 08/01/2024 à 11h41

Bonjour

Courage à toi et ne t'en veux pas trop, reviens permis nous dès que possible. C'est dur de lutter contre le craving.

Ne te laisse pas abattre par la culpabilité sinon tu auras envie de boire à nouveau, cercle vicieux pervers.

Courage !

---

**Rocca** - 11/01/2024 à 14h06

bonjour Cat, j'espère que tu vas bien et que n'as pas replongé tête baissée dans le produit.

Le problème pour les personnes malades comme nous qui ont atrophiés une partie du cerveau qui gère le contrôle et la motivation, à chaque fois que l'on rechute on réactive le système du cerveau dopaminergique (malade) qui induit l'addiction, perte de contrôle et gros risque de repartir sur une consommation quotidienne.

A chaque fois que je finis un sevrage et que je rebois, c'est plus fort que moi je replonge direct, j'en suis qu'au 8ème jour d'un énième sevrage, mais cette fois si je travaille sur la résilience et faire un vrai deuil de ce produit.

force à toi donne nous des nouvelles

---