

POISON

Par **Profil supprimé** Posté le 10/06/2014 à 19h29

bonjour, j'envoie cette appel à l'aide car je bois depuis toujours et particulièrement en ce moment.j'ai fait des cures, je suis suivie par un psychologue alcoologue, et une psychiatre, mais rien n'y fait.

au départ je souffrais d'alcoolisme chronique, c'est a dire que je buvais pas tout les jours. je parvenais parfois à tenir un mois, voir plusieurs. aujourd'hui, c'est tout les 2 jours que je me mets minable jusqu'à ne plus me rappeler ce que j'ai fait.

je vais avoir 44 ans, je suis veuve et orpheline, j'ai un grand garçon de 19 qui envisage sérieusement de me quitter à cause de ce problème.

J'en ai assez de ce poison qui me détruit et je vais tout perdre. Je pense souvent à la mort, car je ne vois plus d'issue à mon problème. merci de m'aider

5 RÉPONSES

Profil supprimé - 12/06/2014 à 23h38

je viens juste de m'inscrire sur ce site mais je suis surprise que tu n'ai pas eu de réponse, tiens bon ma belle et je suis prête à echanger avec toi, courage

Profil supprimé - 16/06/2014 à 14h24

bonjour et merci aussi pour ta réponse. moi aussi je suis surprise de ne pas avoir eu d'autres messages...

Profil supprimé - 16/06/2014 à 16h03

Bonjour, moi aussi je suis nouvelle sur ce forum, et je me suis inscrite pour pouvoir participer à votre discussion. Moi je vais avoir 50 ans en octobre et j'ai déjà presque tout perdu à cause de l'alcool. La cure que j'ai faite fin 2012 m'a permis de tenir 9 mois et puis j'ai doucement sombré. Moi aussi j'ai souvent pensé à la mort, j'ai même fait plusieurs tentatives de suicide. Aujourd'hui, plus personne ne me supporte, mes proches sont désespérés alors j'ai décidé de prendre les choses en main. Pour commencer je me gave de boissons gazeuses et sucrées, ensuite, j'ai pris RDV la semaine prochaine dans un centre CSAPA près de chez moi. J'ai trouvé leurs coordonnées en fouillant sur le net, ensuite, je me remets au sport, et surtout, je m'arrange pour être sans cesse occupée, laisser le moins possible mon esprit prendre le pas. Et puis ... je discute avec vous, il es très important pour moi de ne pas rester seul(e) dans cette situation. Et j'avoue que c'est "différent" d'en parler avec des personnes directement concernées.

Je pense que la 2ème étape va consister à essayer de comprendre pourquoi je ressens cette envie de boire et dans de tels excès.

Mais l'urgence, c'est de passer à l'abstinence totale. Je pense qu'il n'y a pas d'autre solution

Tenons-nous au courant, soutenons-nous, je suis certaine qu'on peut en sortir,

Profil supprimé - 16/06/2014 à 16h37

tiens bon moi aussi j'en souffre et je pense qu'il n'ya a pas d'issue. On peut discuter si tu veux

Profil supprimé - 18/06/2014 à 20h56

Bonjour a tous,

Desolee pour l orthographe mais je n ai pas de clavier francais et en plus j ai un probleme pour la ponctuation avec cet ordi. Oui je suis tres surprise pour le manque de reponse sur ce site, c est parfois tres frustrant car on se sent encore plus seule.On a l impression qu on est pas beaucoup dans ce cas la.

Moi aussi je pense beaucoup a arreter totalement car il n y a pas d autre solution.j en ai marre de la gueule de bois et tout ce qui va avec. L alcool m appelle toujours plus.j en ai marre, moi aussi j ai pense que la solution c est la mort.impossible de vivre sans alcool. le vin rouge me procure une sensation d extreme plaisir et je n arrive plus a m arreter.on peut essayer de se motiver ensemble avec le petit groupe qui a besoin comme d abstinence totale. Et se promettre de ne pas boire et tenir une sorte de journal de bord a plusieurs. peut etre que cela peut nous aider, qu en pensez vous

Moi ce que j essaye de faire et des fois ca marche c est de faire du sport et d avoir une bonne hygiene de vie.mais le mauvais genie reprend tres vite le dessus, mauvais genie que je veux faire taire a jamais mais je ne peux pas je ne peux je ne peux pas.Qu est ce que j aurais reve d avoir une vie sans alcool...quand je vois des gens qui ne boivent pas je les envie si fort.

pensez a un journal de bord abstinence qu on tiendra ici ca peut nous aider
