

BILAN DU 1ER MOIS SANS ALCOOL

Par [Enviedunenouvellevie](#) Posté le 19/05/2024 à 01h07

Bon bin voilà ...premier moinsiversaire ??????????????.

Alors le bilan...un peu dur au début ou j'ai quand même pensé pas mal à l'alcool la première semaine puis pas mal aussi la deuxième. A ma demande je me suis faite prescrire de L'aotal . Pour ceux qui ne connaissent pas c'est un "genre" de médicament mais pas vraiment ,qui enlève de ton cerveau "l'envie de boire" ...en résumé.

Ça m'a beaucoup aidé et je ne pense que je n'aurais pas réussi sans ,mais le fait de savoir qu'en prenant ce "médicament" je n'ai pas le droit de boire bin pour mon cerveau c'est bien clair... je n'ai pas le droit,y'a pas de doute pas le choix...

La 2 ème et la 3 eme semaine j'ai été beaucoup déprimé,c'est comme si tout ce que je noyais tous les soirs dans mes canettes de bières avant m'étais revenu en pleine tronche et obliger de tout encaisser , pas de répis ni de pause...ça a été dur mais j'ai tenu !!

Cela fait 3 fois que je vois un docteur à la maison de addictions,elle est docteur mais a un réel côté psy avec beaucoup d'empathie,zéro jugement que des bons conseils encouragements et soutien. C'est un peu loin de chez moi mais tampsis je veux continuer de la voir car elle m'aide à comprendre plein de chose sur le pourquoi j'avais besoin de l'alcool avant .

On se sent toujours coupable de boire mais comme m'a expliqué cette dame , l'alcool est un médicament et pour beaucoup d'entre nous ça cache de grosses souffrances bien-sûr et une énorme solitude...

J'aimerais tellement remercier cette femme et vous la présenter à tous.

Si je peux vous donner un conseil faite vous aider si vous voulez devenir abstinent réellement. J'avais toujours eu envie de le faire mais je ne savais pas a qui m'adresser et les alcooliques anonymes ça me disait pas trop du coup on m'a parlé de cette maison des addictions et j'ai poussé la porte et j'ai osé aller vers les personnes qui pourraient m'aider et je ne regrette pas .

Personne n'est au courant de ma démarche à parton fils alors je suis seule pour mener ce combat quoique non....vous êtes avec moi et je suis avec vous !

Un peu de positif dans tout ça j'ai retrouvé un super beau teint et une super belle peau,j'ai tellement plus d'énergie la journée !! J'ai l'impression que ma vision de plein de choses est plus claire,plus nette,je ne vois plus flou pour imaginer.....

Et moi qui ne rentrait plus dans rien qui ressortais de la cabine d'essayage et posais tout et bin hier j'ai pu faire du shopping et enfin me trouver des jolies tenues J'ai pas beaucoup maigri sur la balance mais j'ai réellement dégonflé....et ça c'est mon cadeau de moinsiversaire et c'est super encourageant .

Je vous souhaite à tous d'y arriver

1 RÉPONSE

[cielbleu](#) - 21/05/2024 à 18h35

Bonsoir,

bravo pour ces belles nouvelles super encourageantes!

Ca fait plaisir de voir les effets positifs de l'arrêt sur le corps!

et surtout, votre message va peut-être permettre à des gens qui doutent, de pousser les portes d'un centre d'accompagnement!

Bravo!, et une belle continuation!
