

## MON DÉBUT D'HISTOIRE, LE BACLOFENE ET MOI..

---

Par **EtPuisUnJourr** Posté le 21/05/2024 à 00h35

Bonjour, je fais ma 1ere publication j'ai bientôt 39ans, je consomme de l'alcool depuis mes 16 /17 ans j'ai toujours été dans l'excès un peu comme une recherche de limites..

Je travaille dans un bar mais pour autant je ne consomme pas sur place, en revanche à la maison une fois rentré je peux boire 1 a 2 bouteille de vin jusqu'à trouver le sommeil..

J'ai récemment pris rendez-vous avec le csapa  
Après un échec avec une psychologue hypnothérapeute spécialisée dans les addictions et particulièrement l'alcool.

Le médecin du csapa m'a prescrit du baclofene.. 1 semaine à 10 la suivante à 20 puis ce sera 30mg... je termine ma 1ere semaine... et je sens déjà que les effets du baclofene sont moindre alors que très efficaces les 1eres jours..

Les 1ere jours je me satisfaisait d'une vodka et d'un demi verre de vin (dose normales)...  
Là je commence à "réussir" à augmenter ma consommation..

Pensez vous que je puisse passer à 2 comprimés de 10mg sans attendre la fin de la 1ere semaine comme recommandé par le docteur?

Merci de m'avoir lu  
Merci de ce groupe  
Merci pour l'espoir de cette lumière au bout de la bouteille

### 4 RÉPONSES

---

**Sunshine** - 21/05/2024 à 17h26

Bonjour,

Bravo pour ta démarche et bienvenue ici!

Pour ma part je n'ai jamais pris de Baclofène, donc médicament inconnu dans mon répertoire. J'ai connu Selincro.

Dans tous les cas, je crois que pour n'importe quel traitement il est plus sûr de demander l'avis au médecin qui l'a prescrit.

Peut être qu'un petit coup de fil au CSAPA ou un mail (quand j'y suis allée on m'a donné une carte de visite avec les coordonnées de la personne qui me suivait) pourra probablement t'apporter une réponse vraiment sécurisée.

Bon courage à toi et n'hésite pas donner de tes nouvelles.

---

**hbb** - 23/05/2024 à 10h46

Bonjour,

Bravo pour ce combat.

Le principe du traitement au Baclofène est d'augmenter les doses, lentement, prudemment, par 10mg, lorsque le craving se fait plus pénible et jusqu'à ce qu'il cède.

Ne vous désespérez jamais.

Vous allez y arriver.

---

**EtPuisUnJourr** - 23/05/2024 à 11h22

Bonjour merci de votre retour, j'ai attendu le délai recommandé pour augmenter la dose .. je bois beaucoup moins, je suis passée de 2 bout à quelques verres par jours, malgré tout il est 11h et j'en suis à mon 2eme verre de pétillant.. ma fille est à l'école mon conjoint au travail, moi seule à la maison.. ces moments seule sont pour moi mon pire ennemi..

J'y pense depuis 9h30.. je me suis mise au fourneaux pour ne pas craquer et occuper mon esprit, gratin de courgettes effectué et bien doré je regarde l'heure et jme laisse aller à un verre, juste un verre oui, mais à 10h du matin... t'as vraiment un problème ma pauvre fille (voilà ce qui me passe dans la tête tout en vérifiant si mon pétillant est assez frais.. )

J'ai comme l'impression qu'il suffirait pourtant juste de me dire "non ne va pas au frigo" .. et pourtant j'oublie jusque là moindre miette de ma motivation 1ere..

Je suis une fille bien (mais je peux sous alcool être une peste)

Je suis une bonne maman (même si certaine fois je sacrifie des moments de partages pour cause de mal de tete)

Je suis plutôt jolie (même si je vois bien que je commence à avoir la couperose)

Je travaille et je suis assidue et courageuse (même si jattend juste la fin de la journée pour pouvoir boire un verre "de réconfort)

Voilà qui je suis...

Je voudrais être cette même personne, sans toutes ces parenthèses.

---

**EtPuisUnJourn** - 23/05/2024 à 11h36

@hbb merci beaucoup, je me sens enfin écoutée et comprise même si j'ai un chéri incroyable, je pense qu'il ne se rend pas compte de l'ampleur du combat..

---