

PROBLÈME ALCOOL

Par Alcool Info Service Postée le 23/09/2024 11:46

Bonjour. J ai des gros soucis avec l alcool et je souhaite arrêter car ça pose de gros soucis au niveau de mon foyer. Que faire??? Merci d avance.

Mise en ligne le 26/09/2024

Bonjour,

Nous manquons d'éléments de contexte sur votre situation et votre rapport à l'alcool pour vous faire une réponse au plus près de ce que vous traversez. Nous allons tenter de vous apporter des éléments de réponse généralistes.

L'addiction à l'alcool est globalement une incapacité à parvenir de s'abstenir de consommer. Il peut s'agir par exemple de ne pas pouvoir s'empêcher de boire au quotidien ou dans certains contextes particuliers (lieux, états émotionnels...).

Beaucoup de consommateurs d'alcool trouvent une certaine fonction dans la consommation de ce produit. Les effets de l'alcool peuvent par exemple aider à s'apaiser de manière temporaire face à un mal-être ponctuel ou plus profond. De fait, nous ne savons pas si cet exemple correspond ou pas à votre situation. Les addictions sont souvent des questions complexes, individuelles, où une dimension émotionnelle est présente.

Sortir de difficultés de consommations peut parfois être une démarche difficile à faire seul, dans ce cas il est intéressant de trouver du conseil et un soutien auprès de professionnels du champ de l'addictologie.

Il vous est ainsi possible, si vous le souhaitez, de vous tourner vers des structures d'aides nommées Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Les consultations individuelles se font dans un cadre confidentiel et gratuit. L'équipe qui accompagne est généralement composée de médecin addictologue, psychologue, infirmier.... Ils peuvent vous aider sans jugement à modifier vos consommations mais aussi à vous soutenir sur un éventuel mal-être qui serait à l'origine ou qui découlerait de vos consommations.

Ne connaissant pas votre périmètre géographique pour vous orienter finement, nous vous joignons en bas de réponse un lien si vous souhaitez effectuer une recherche de CSAPA près de chez vous.

N'hésitez pas à contacter un de nos écoutants si vous souhaitez une orientation affinée ou échanger davantage sur votre situation. Nous sommes accessibles 7J/7J, par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) de 8H à 2H du matin ou par le Chat de notre site Drogues Info service du lundi au vendredi de 14H à minuit et le samedi et le dimanche de 14H à 20H.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service
- Article: Comment arreter de boire?