

J'ARRÊTE !!!

Par **Profil supprimé** Posté le 19/06/2015 à 10h44

Bj a tous, j'ai 43 ans et maman solo d'une fille de 18 ans passant son bac en ce moment. Nous vivons toutes les 2 dans un appart, j'ai un boulot, une bonne entente avec ma fille, des amis et même un amoureux (qui picole pas mal soit dit en passant) je n'ai jamais été alcoolique... Jamais?mais bien sur que si!!!! De mémoire j'ai commencé à boire (vraiment c.-à-d. dans des quantités ou des fréquences qui dépassaient la modération) il y a environ 3 ans et je n'ai pas vu le monstre s'installer chez moi car au départ c'était festif et une à deux fois par semaine maximum... Et puis seule, et puis plus souvent et de plus en plus.... Depuis quelques mois j'ai dégringolée dans ma (mes plutôt) bouteille(s) à la vitesse du son jusqu'à boire jusqu'au trou noir un jour sur deux! Pourquoi pas tous les jours? Ben juste qu'un jour sur deux : gueule de bois donc c'est dur de boire quand on a la nausée. Alors pourquoi? Voilà ce que je me demande aujourd'hui même si j'ai une petite idée de la réponse qui ne peut être une excuse. Je n'ai aucun parent alcoolique et connais les méfaits de l'alcool pour les avoir subis avec le père de ma fille et l'avoir quitté pour ce motif il y a 16 ans, pour avoir vu ma fille souffrir de ce père qui est resté alcoolique car inconscient de sa maladie, malgré les tentatives d'aide, et qu'elle a finit par détester et ne plus voir depuis maintenant 4 ans.. Je dois me soigner et stopper ce déni lorsque j'ouvre une bouteille en me disant c'est pas grave... et c'est mon bb qui me l'a fait comprendre. Je l'aime trop et je veux pas la perdre. J'ai pris rdv avec un csapa le 23 juillet prochain car je n'ose pas en parler à mon médecin traitant (j'ai trop honte) mais mon arrêt devient urgent car j'en arrive à ne plus me souvenir de ce que je dis et à qui je le dis et les lendemains de cuite ça me file des crises d'angoisse et de culpabilité et me donne des idées même de suicide quand je suis saoule. Je vous rejoins donc pour trouver auprès de vous un soutien supplémentaire et mettre toutes les chances de mon côté. En attendant de pouvoir j'espère vous lire, je vous souhaite à tous une belle journée. Merci de m'avoir lu. Aujourd'hui second jour d'abstinence. (Ça va être dur...)

Trinity

4 RÉPONSES

Profil supprimé - 19/06/2015 à 13h45

Salut Trinity,

Moi j'en ai parlé à mon médecin, j'ai mis le temps mais j'en ai parlé, j'avais aussi honte d'en parler. Mais avec le traitement qu'on m'a prescrit et bien ça a marché, j'en suis à plus de 3 semaines sans alcool, je ne prends plus mon traitement, et je n'ai pas envie de boire et aucun manque. Cela vaudrait peut être le coup d'en parler au médecin, je te rappelle que j'étais dans le même cas que toi. Il faut vraiment avoir envie de s'en sortir et de la volonté, et ça passe Trinity. J'ai fait plusieurs pot et soirée et je suis resté sans alcool, et même pas eu envie de boire.

Courage Trinity et n'hésites pas à poster pour nous donner de tes nouvelles

Mous

Profil supprimé - 20/06/2015 à 10h54

Bj Mous,
Merci bcp de ta réponse
Je vais réfléchir à ce que tu me dis et tenter d'avoir le même courage que celui dont tu as fait preuve ...
Entre temps, j'attaque mon 3 eme jour et suis déjà un peu fière de moi pour hier.
Merci de ce soutien.
Bonne journée !

Profil supprimé - 20/06/2015 à 13h41

Bonjour,

Et bien un rendez vous de pris au csapa c'est un très bon début.

Bon courage

Profil supprimé - 21/06/2015 à 13h12

Salut Trinity,

les symptômes que tu décris ne sont rien de plus que les signes de ton alcoolisme. Sache que plus ta consommation va augmenter, plus ces symptômes vont s'accroître. Pour l'instant, tu es incapable de boire tout les jours, mais si tu ne soignes pas ta maladie, ça finira par

arriver. Tu as bien conscience des ravages de l'alcool sur la famille, les amis, le travail et surtout ton corps et ton mental. Il te faut voir un médecin alcoologue, et, passer au dessus de ce sentiment de honte ou de culpabilité, ou encore cette peur de devoir arrêter. La solution est de te délivrer de l'emprise de cette m... sur ta vie. Arrête de laisser l'alcool gérer ta vie. Oui c'est dur d'arrêter, mais a un moment ou à un autre, un alcoolique, dois de toutes façons le faire.

Perso, je buvais tout les jours, au moins 1 bouteille d'alcool fort + quelques bières + du vin. Je me levais le matin et déjeunais avec 2/3 bières, et ne m'arrêtais que quand je dormais (parfois obligé de me lever pour un petit complément). Tout ça après avoir perdu progressivement ma femme, mes amis, mon boulot Jusqu'au jour où j'ai décidé fermement de voir un alcoologue, et, ça m'a pris 2 ans avant d'arrêter totalement. Aujourd'hui, plus de sentiment de culpabilité, plus d'envie de suicide, j'ai retrouvé une relation normal avec mes 2 filles (8 et 12 ans) ma famille et mon entourage.

Je te souhaite de tout coeur de te sortir de cette maladie, et, je te conseille néanmoins d'en parler à ton médecin traitant. D'une part, si tu te soignes, il ne pourra pas être efficace si il ne connaît pas ton problème. D'autre part, il ne faut pas prendre les médecins pour des abrutis, être alcoolique ça se voit ! Son métier est de soigner les gens, et, de se taire si c'est un médecin de famille. Met toutes les chances de ton coté. Bon courage !
