

JE BOIT TOUS LES JOURS

Par **Profil supprimé** Posté le 24/08/2015 à 19h33

bonjour,

j'ai 36 ans et il y a 8 mois j'ai fait une dépression suite à mon travail et quelque deuil non accepté, j'ai commencé à boire un verre pour me sentir mieux.

et depuis je bois de plus en plus je me réveille le matin avec des tremblements incontrôlables je suis obligé de boire pour ne plus trembler, alors que je n'ai pas envie de boire mais c'est la seule solution que j'ai trouvée.

surtout pour cacher mon état à ma femme et mes filles (j'ai honte). je ne sais comment faire pour que tout ça s'arrête car ma vie de famille est en danger et j'aime ma femme et mes filles plus que tout au monde.

j'aimerais savoir si quelqu'un a été dans ma situation et comment il s'en est sorti

12 RÉPONSES

Profil supprimé - 25/08/2015 à 11h36

ta consommation n'est pas très ancienne et tu dois pouvoir t'en sortir.

Il existe des médicaments d'aide au sevrage, parle-en à ton médecin.

Pas de raison d'avoir honte, on est plein dans ton cas.

Bon courage

Profil supprimé - 25/08/2015 à 12h37

merci zabthm pour ton soutien,

je pense fortement à aller voir moi-même le médecin, il faut avoir le courage d'y aller, et c'est dur.

Profil supprimé - 25/08/2015 à 15h44

Bonjour et bienvenue ici.

Déjà, une dépression ça ne se soigne pas tout seul en prenant de l'alcool, c'est carrément balancer de l'huile sur le feu.

Effectivement tu ne bois pas depuis très longtemps, il n'y a aucune raison de ne pas arriver à se contrôler. Tu as la motivation, donc le médecin et parles-lui bien de ta dépression aussi pas que de l'alcool. Il faut tout lui dire il n'en sera que plus efficace et la honte tu me diras ? la vie est plus forte que la honte, l'amour de ta famille aussi non ?

Alors, pour moi il ne te reste plus qu'un petit pas et comme dis j750, nous sommes nombreux à être ou à avoir été dans ton cas.

Pat

Profil supprimé - 25/08/2015 à 16h49

bonjour pat,

j'ai un traitement pour ma dépression, mais pas pour l'alcool, je me suis réfugié dans cette merde petit à petit, le fait déjà d'en parler sur ce forum me fait du bien, car personne de mon entourage ne le sait, même si je pense qu'il y a des doutes.

il faut vraiment que je prenne rendez-vous avec mon médecin mais c'est dur

en tous les cas je suis content de m'être inscrit sur ce forum car au moins je peux discuter avec des personnes qui me comprennent et ça me fait du bien.

merci de ton soutien

Profil supprimé - 27/08/2015 à 09h42

Oui va voir ton médecin ou un alcoologue, il y a des tas de médicaments qui peuvent t'aider dans un premier temps. Au début on a du mal à parler de son alcoolisme et plus on s'en sort, plus ça devient facile d'en parler.

Bon courage

Profil supprimé - 27/08/2015 à 17h45

bonjour zabethm,

j'ai pris rendez vous avec mon toubib mardi prochain, je dirait qu'il y a 2 étapes ce l'avouer a soit meme ca je pense que c'est fait puisque je me suis inscrit sur ce forum, apres il faut pouvoir l'avouer au autre et ca c'est plus dur.

merci de ton soutient
au plaisir de te relire
merci

Profil supprimé - 27/08/2015 à 21h34

T'es pas obligé d'en parler à tout le monde non plus. Moi j'en parle à des alcooliques ou à des amis, des medecins. Souvent ca amene à des discussions très enrichissantes.

Profil supprimé - 31/08/2015 à 10h36

bonjour zabethm,

je sait que je ne suis pas obligé d'en parler a tous le monde mais c'est un poids qui me pèse
je ne sais pas comment me sortir de cette merde ça a des répercuction sur mon couple .
et ca c' est le pire, ma femme ne comprend pas comment j'ai put en arriver la. et je dirait que moi aussi.
pour le moment je me sens seul
vive les forum ca me donne du courage pour arrêter cette merde

Profil supprimé - 31/08/2015 à 16h49

Si j'ai bien compris ta femme est au courant et ne comprend pas?
C'est peut être normal si elle n'a jamais eu de pb d'alcool.
Bon courage pour ton rdv de demain. J'espère que ton médecin saura t'aider. Normalement oui. Pas de honte à avoir c'est leur boulot!

Profil supprimé - 31/08/2015 à 19h33

bj zabthem,

oui ma femme est au courant, elle ne comprend pas mais je ne peut pas lui en vouloir car j'etais quelqu'un qui travaillait 7 jours sur 7 et maintenant je passe mon temps sur le canapé.
il faut que ca change!

il faut vraiment que je me sorte de cette merde

au plaisir de te rekire

Profil supprimé - 01/09/2015 à 21h54

Alors ce rdv chez le medecin? Ca s'est ien passé?

Profil supprimé - 02/09/2015 à 12h29

bonjour zabethm,

mon rendez vous c'est bien passer, elle m'a donner un traitement pour me sortir de cette merde, un grand pas pour moi.

au plaisir de te relire
