

NOUVELLES SEVRAGE

Par [Profil supprimé](#) Posté le 24/09/2015 à 16h07

Bonjour à tous

J'ai posté il y a 3 ou 4 mois un post sur ma consommation d'alcool.

Mon psy parlé d'un alcoolisme comportemental mais non dépendant causé par ma dépression.

J'avais des doutes à ce sujet. J'ai alors recommencé ma vie à 0.

J'ai changé de région et quitté mon boulot qui me pesait car je savais que c'était la seule solution pour ma guérison.

Je ne suis plus en dépression, Je suis passé de 3 barrettes de lexomil/jour à 1/2 le soir....et encore il m'arrive de l'oublier.

Cette bière consommée régulièrement m'avait fait enfler.

J'ai perdu 20 kg depuis. 103Kg pour 1,83 m en juin et 83 kg actuellement. Encore 10 a perdre et ce sera bien. Je ne bois plus. J'ai essayé de prendre un ricard il y a peu pour accompagner mon frère mais celui ci m'a directement donné la migraine. Il a donc fini dans l'égout. Je me suis ensuite senti malade toute la soirée. Je suis heureux que mon corps rejette ce poison. Pas d'envie ni de manque ,alors que je le ressentais lorsque j'étais en dépression.

Je reprend mes études début octobre afin de passer une 2eme maîtrise.

J'ai des flash de cette période dépressive et cela me motive d'autant plus pour continuer dans la voie que je suis actuellement. Je n'étais effectivement pas dépendant mais j'aurais pu à force le devenir.

Célibataire depuis presque un an mais c'est bien ainsi. L'alcool était aussi née d'une relation de 3 ans qui me pesait, ou je n'étais pas heureux et ou je buvais afin de l'accompagner (je sais c'est stupide) est qui s'était achevée en novembre dernier.

Mon objectif aujourd'hui, après mon diplôme est de tout reconstruire professionnellement et de faire ma vie entouré de nouveaux amis valables.

Donc ma situation : plus d'alcool, plus de cigarettes, plus de dépression et je suis heureux.

Voilà pour mon témoignage.

Courage et je vous souhaite de vous en sortir.

1 RÉPONSE

Moderateur - 24/09/2015 à 16h17

Bonjour Erik54,

Cela fait plaisir à lire ces bonnes nouvelles !

Bravo et bonne continuation !

Le modérateur.
