

QUAND LA DIVINE BOUTEILLE VOUS CONDUIT VERS LE TROU!

Par **Profil supprimé** Posté le 19/12/2015 à 14h53

Bonjour,
J'ai 46 ans et consomme de façon excessive, bienque par intermitence, depuis dix ans.
Cette divine bouteille m'a couté un mariage.
Et la magie de l'acool, plutôt que me culpabiliser, cette divine bouteille m'a consolée, permis de dormir, fait taire mes angoisses.
Puis boire est devenu une habitude.
Autant après quatre à cinq jours d'excès, je ne peux plus supporter une goutte d'alcool, autant après quatre jour de "relache" il deveint très difficile de ne pas téter à nouveau du goulot.
L'année dernière, l'alcool n'est pas directement lié, j'ai fait une dissection aortique.
Intervention durant cinq heure en bloc avec opération à coeur ouvert pour remplacement de l'aorte... je vous passe les détails.
Résultat, je suis remis sur pied, mais avec une petite contrainte.
La tension artérielle doit restée basse.

Conséquence d'une consommation d'alcool?
Hypertension...

Dilemne!!!!

Et malgré tout, malgré les risques encourus sur le reste de l'aorte qui n'a pas été remplacée et qui peut provoquer, par rupture, une hémorragie interne, pas moyen de lâcher la divine bouteille.

Je dis divine, mais vous compenez bien de quels maléfices se vet cette divinité.
Un ange diabolique qui sous prétexte de taire mes angoisses, me faire oublier mes difficultés, m'emmène au trou.

J'ai bien réussi à lâcher prise durant un mois (un record), mais plus dure fut la chute.
Un sentiment de honte et un profond abbatement. L'impression qu'on ne pourra jamais y arrivé.
J'ai bie essayé d'en parler à mon médecin, lorsqu'il m'a annoncé lors de mon dernier rdv, que j'avais pris un peu de poids, mais qu'il fallait que je fasse baisser ma tension, mais les mots ne sont pas sortis.

La peur du regard, même d'un professionnel est difficile à surmonter.
Mon inscription sur ce forum, et la redaction de ces quelques mots et une tentative pour trouver le courage de prendre un rdv avec mon médecin à propos de ma dépendance.

Une seule chos est sure... C'est la direction que je prends si je ne réagi pas.
Seul, ça me semble insurmontable.
Les proches, j'ai trop honte!
Alors je compte sur un médecin, peu être un groupe de parole si j'arrive à trouver ce qui me convient et l'entraide virtuelle...
Tout est bon pour rompre l'isolement.

Merci de votre lecture.
Bonne journée

5 RÉPONSES

Profil supprimé - 21/12/2015 à 12h29

Salut.

J'suis allé dans un CSAPA il y a peu.J'ai été reçu anonymement et par un médecin.On a parlé au moins une heure et demi de l'alcool,du moral etc.

J'pense que c'est un premier pas qui t'aidera si t'ose pas en parler à ton médecin traitant.Peut-être même que ça te permettra de trouver les mots pour lui en parler.

Je te jure,j'avais jamais fait aucune démarche.Vu aucun médecin,je savais que j'avais un problème mais j'me voilais la face jusqu'à ce qu'arrive un état de profonde détresse (rupture,etc) et j'ai l'impression que c'est la meilleure chose que j'ai faite.

Je retourne le voir cet après midi.J'ai pas arrêté de boire mais je réduis mes conneries.Là par exemple,je boirais bien une bière mais j'ai tellement envie d'y aller clair,que ça serve à quelque chose.

Va voir un CSAPA ! C'est déjà un premier pas,et les mecs ont en vu d'autres,ils ne te jugeront pas.

Profil supprimé - 21/12/2015 à 12h46

(Bon moi ce qui m'a fait bizarre c'est les horaires de distribution de méthadone. Mais on est une majorité à pas en être là je pense.)

Profil supprimé - 21/12/2015 à 20h47

Salut Eldiablo,

Oui je crois qu'arrêter ou diminuer de boire n'est pas si simple. Pour pas mal d'entre-nous, je crois, il y a une période d'euphorie quand on arrête. Et puis rapidement peut arriver des coups de déprime, par-ci par-là. Et là, c'est moins facile à gérer. Pour ma part depuis que je ne bois plus seule, je compense avec les joints. Ils font taire mes angoisses, comme tu dis. Au départ, je pensais que ma conso de cannabis n'allait pas durer et en fait, j'ai du mal à m'en passer et je rechute très souvent. Dernière rechute, il y a 2 jours et ça dure depuis 5 mois. Donc je me dis qu'un suivi médical, et peut être un antidépresseur pendant qq temps me feraient du bien.

Souhaites-tu arrêter complètement ou ralentir. C'est vrai que ton type de consommation est atypique.

Bon courage en tout cas.

Profil supprimé - 21/12/2015 à 22h14

Merci Kel!

Je compte effectivement prendre un rdv avec un médecin dans un centre d'addictologie près de chez moi.

J'hésite à en parler à mon médecin.

Je préfère tenter d'abord avec quelqu'un qui, comme tu le dis, en a vu d'autres et connaît bien son sujet.

Profil supprimé - 22/12/2015 à 22h48

Salut zabethm

J'arrive à tenir. Je ne sais pas combien de temps ça va durer. C'est toujours un peu l'inconnu. Je me raccroche à la joie de mes enfants et de ma mère, quand je leur ai annoncé que je me faisais aider. Pour eux, ça a été un vrai bonheur de voir que je prenais le problème sérieusement en main. Je n'avais pas idée à quel point ils étaient inquiet.

Je ne peux pas, je n'ai pas le droit de les décevoir.

Pour m'aider, j'ai compensé par la clope.

C'est pas top, mais je n'ai pas eu de problèmes ni de sensation de manque, quand j'ai arrêté après mon accident.

Alors je vais laisser passer l'orage et attendre d'être plus stable et plus sûr de moi vis à vis de ma prise d'alcool pour jeter à nouveau mon paquet de clope.

Je pense, comme tu le dis, qu'un suivi médical peut être d'une aide précieuse. Pouvoir en parler entre personnes ayant notre problème aide, mais l'avis d'une personne formée dans les problèmes d'addictologie, peuvent nous donner des clés pour ne pas retomber.

Bon courage à toi
