

## JE NE PEUX PAS M'ARRETER CA ME GACHE LA VIE

---

Par **Profil supprimé** Posté le 29/05/2016 à 05h28

Bonjour, je suis une nana gentille et calme de 21 ans, je n'aime pas les conflits ni les bagarres et je bois que 1 par semaine peut être moins. Mais le problème c'est que après le 6 ou 7ème vers tout pars en cacahuète, je cries, je pleures, j'insultes, je me ridiculises, et les lendemains c'est toujours pareil, la honte, la culpabilité, des trous noirs et des bleus partout.

J'ai essayé d'arrêter un mois mais après j'ai repris parce que je croyais que ce n'était plus un problème.

Je ne sais pas quoi faire parce que je ne peux pas consulter quelqu'un vu que je suis en voyage pendant un an mais il faut que je fasse quelque chose vite car mon copain est sur le point de me quitter, et je le comprends après toutes les fois où je lui ai dit que ça se passerait bien... j'ai l'impression qu'il ne comprends qu'il croit que je me cache derrière une excuse pour faire n'importe quoi. Mais moi je sais que je n'ai pas envie de faire tout ça. Donc ça doit être une sorte de maladie ou gros problème puisque je fais quelque chose dont je n'ai pas envie.

Enfin voilà c'est un enfer j'ai besoin d'aide.

### 6 RÉPONSES

---

**Profil supprimé** - 31/05/2016 à 01h04

Bonjour Miss, tu as mis le doigt dessus effectivement c'est une maladie comme toute maladie elle demande des soins, ce n'est pas un petit rhume qui passe tout seul mais comme une migraine qui revient sans cesse, en clair c'est un bon début d'alcoolisme, désolé d'être direct mais j'ai commencé comme toi pour atteindre un stade bien plus avancé. Si je réponds à ton appel c'est parce que tu demandes de l'aide c'est que tu as bien pris conscience de ton problème. Ton corps va réclamer des doses de plus en plus grande quantité parce qu'il va s'habituer à fonctionner avec, le cerveau va l'enregistrer comme un besoin vital comme manger pour survivre et en état de manque va se dérégler et pour te sentir bien il te faudra reprendre un verre puis un autre. L'engrenage sera en route. Tu n'en es pas encore à ce stade qui était le mien, fort heureusement. Ce te sera plus facile de t'en sortir. Maintenant comment faire... consulter un médecin généraliste qui te donnera plusieurs pistes et léger traitement pour passer l'envie. Commencé par là. Que tu sois je ne sais où en voyage cette maladie est internationale n'importe quel médecin saura te soigner. La balle est dans ton camp envoie la du bon côté. J'espère t'avoir apporté une aide ou autre solution plus difficile à gérer alcool zéro quel que soit les situations et à long terme, si tu n'y arrives pas seule la première solution reste. Sache que plus tu tardes le rdv plus dur sera la guérison. Il n'y a pas de honte à se faire soigner comme moi tu connais la honte à ne pas le faire, sans compter tous ce que l'on perd ou l'on a perdu à ne pas l'avoir fait plus tôt. Cela fait trois ans que moi alcoolique suis abstinente et peut dire qu'on vit très bien sans alcool ou plutôt bien mieux puisqu'il ne m'attire plus du tout, par contre j'ai fait un long parcours de soins, ce sera vraiment dommage que tu en arrives là. J'espère t'avoir rendu service, reste à ta disposition pour d'autres renseignements. Courage.

Prosper.

---

**Profil supprimé** - 31/05/2016 à 01h25

Prosper, encore moi, je viens de relire ton message miss et un point que tu dois savoir c'est que c'est une maladie à vie si je rebois un seul verre c'est la rechute alors si tu reprends un verre dans quinze jours six mois tu repars en cacahuète pour reprendre ton expression qui correspond très bien. Désolé de te paraître dur mais l'alcool est le pire des compagnons., Met le dehors et reste avec ton copain. Encore une fois courage c'est pas si difficile, j'ai vécu avec l'alcool pendant plus de dix ans alors toi pour t'en débarrasser ce sera un jeu d'enfant faut juste y croire et s'y tenir.

---

**Profil supprimé** - 31/05/2016 à 13h00

Merci beaucoup pour tes conseils prosper, ça donne vraiment du courage. je me disais que je ne boirais plus jusqu'à ce que j'apprenne à boire mais tu as tellement raison en fait. C'est à vie! Et je suis vraiment con de ne pas y avoir pensé depuis le temps que ça dure. c'est d'ailleurs sûrement ça qui me poussait à me dire "c'est bon tu as passé longtemps sans alcool ça va aller mieux maintenant"... je ne l'avais pas vu avant mais c'est certainement la cause de mes rechutes en fait.

Tu as vraiment raison quand je vois tout ce que ça détruit... la vie doit vraiment être plus belle sans alcool!

Il ne reste plus que ne pas oublier ça quand viendra la tentation. La je n'en ait pas sous le nez du coup il est peut être plus facile de le dire, mais pour moi c'est fini à vie.

---

**Profil supprimé** - 31/05/2016 à 20h00

Ouistitix . Merci à toi, cela me fait plaisir de t'aider.

Mais pour te sensibiliser au problème, je te transmets cette vidéo, dure, mais il y a beaucoup à apprendre.

---

C'est très bien expliqué : cause, risques, conséquences multiples, je pense t'apporter un gros plus. Aussi bien à un alcoolique qu'à un de

ses proches, comme quoi c'est un grave problème.

Il y a quelques passages qui me concernaient directement, je l'aurai visionné avant, je n'aurais pas attendu si longtemps pour me faire soigner.

Je te souhaite bonne réussite.

Prosper.

<https://www.youtube.com/watch?v=51Y3ksUp7W8>

---

**Profil supprimé - 07/06/2016 à 19h56**

Bsr oustitix

mince tu devrais sauter au plafond avec tes 21 ans. Alors cette saloperie qui in fine ne t'amène nulle part !.

Dis moi que je me trompe ?

Eh oui , l'accool ne résoud rien alors soigne toi avec un psy et un addictologue.

Tu n'as rien a perdre et surtout tout à gagner.

Et il me semble suf erreur de ma part que vivre c'est exister....

Allez zou t'as 21 ans et la vie qui t'attends...

---

**Profil supprimé - 10/06/2016 à 06h21**

Salut Oustitix,

Erreur sur le lien, visionne celui-ci, excuses.

<https://www.youtube.com/watch?v=zTW-cEdcAyl>

A+

Prosper.

---