

J'AI PEUR

Par [Profil supprimé](#) Posté le 29/05/2016 à 09h12

bonjour, je m'appelle franck et j'ai 51 ans j'ai suivi il y a 8 huit une cure et suis resté abstinent pendant 7 ans puis j'ai repris une consommation d'abord occasionnel puis régulière depuis 6 mois, je suis suivi en psy depuis 10 ans et prends un anxiolytique et un antidépresseur car je souffre de timidité excessive et phobie sociale, cette envie irrépressible de boire arrive surtout le soir

, mais voilà j'ai repris conscience que je buvais trop (1l de bière et 1/2 de vin /jour) et depuis je ne pense plus qu'à ça et j'ai des angoisses terribles

j'ai du mal à identifier s'il s'agit d'angoisse ou de manque d'alcool bien que si je bois quelques verres cela ne me calme pas pour l'instant je prends un peu plus d'anxiolytique dans la journée mais sans résultat mes symptômes sont jambes en coton, nausées, plus d'appétit, grande tristesse