

BESOIN DE DIAL

Par **Profil supprimé** Posté le 16/09/2016 à 16h47

bonjours a tous et toutes je cherche des solution pour me sortir enfin de cette enfer plus de 30ans pour moi avec des haut et des bas aujourd'hui presque tout perdu et plus de motivation pas facile seul merci pour conseil

10 RÉPONSES

Profil supprimé - 17/09/2016 à 01h26

Bonjour ,
J'ai réussi à m'en sortir le jour où j'ai vraiment pris conscience de ma maladie et où j'en ai parlé à mon médecin traitant. J'ai été hospitalisé l'année dernière pendant 5 semaines dans une unité addicto . J'étais un très gros consommateur et j'ai réussi à m'en sortir aujourd'hui j'ai retrouvé la pêche la forme physique le moral l'envie de faire des choses.. Tu devrais aller voir un CSAPA il doit y en avoir un pas très loin de chez toi ils vont te guider sur les choses à mettre en place en fonction de ta dépendance (c'est anonyme et gratuit) ou autrement ton medecin ou alors tu appels directement une unité addicto dans un hôpital moi il m'avait proposer l'hospitalisation ou l'ambulatoire c'est à dire à la maison.
Franchement je ne me voyais pas du tout vivre sans alcool tellement il prenait une place importante dans ma vie mais ca en vaut vraiment la peine. Une chose dont je suis persuadé maintenant c'est que pour s'en sortir il faut en parler et je ne le savais où ne le voyais pas mais il y a énormément de structures spécialisées.
Bon courage à toi n'hésites pas à me poser des questions si tu a besoins.

Profil supprimé - 17/09/2016 à 15h41

Salut jacob, et bien c'est déjà un premier pas, peux tu nous parler un peu plus de toi ? Tu ne nous livres que peu d'infos, mais essayer seul après 30 ans de consommation ça me semble compliqué.

Profil supprimé - 18/09/2016 à 07h59

Bonjour Jacob,
Je ne connais pas ta situation,mais je peux te parler de mon vécu et de ce que je sais;tout d'abord, il faut que l'entourage soit au courant de ton alcoolisme puis que la volonté réelle d'en sortir représente la part la + importante pour en sortir; le sevrage par cure ne marche pas beaucoup, les meilleures guérisons sont en médecine ambulatoire, cad un contrat moral avec un alcoologue accompagné par un médoc (dans mon cas Selincro 18mg).
Bon courage.
Aux nouvelles.
Jacques

Profil supprimé - 20/09/2016 à 18h12

bonjour a tous j ai enfin une reel envie d en finir avec l alcool ma maitresse depuis 35 a mes 50 a arriver le declic mes surtout quand je regarde deriere moi a ce jour plus personne sa ma couter mon menage div depuis 6 ans mes enfant ne me parle plus j ai perdu mes emplois normal quand on et defoncer meme la semaine aujourd'hui rsa et seul voila ma seule force pour enfin en finir plus rien a perdre si ce n est peut etre de finir dans la rue c est sa la consomation d alcool que l on ne peux plus controler sa coute cher pas facile sans personne pour vous soutenir c est juste moi sa a etez mon cas personne ne ma tendu la main je suis rester au fond se soir il y a un bon doc sur la 5 a voir je pense pour nous les consomateur prisonnier de ce fleau merci a tous au plaisir de vous lire

Profil supprimé - 21/09/2016 à 18h58

Bonsoir,
Je suis nouveau et je sais pas si je suis au bon endroit mais je vais vous expliquer un peu ce qui m'arrive.II y'à a peu près un an et quand je suis tout seul chez moi j'ai commencé à boire un verre et depuis tout va en augmentant.J'ai une femme et un petit garçon adorables et à chaque fois j'ai honte de moi car je pense à eux en buvant mais c'est plus fort que moi. La question que je me pose c'est pourquoi il y'à des jours et même des semaines ou je ne vois pas d'alcool. Ma femme m'a surpris dans des états pas possible mais moi comme on se sent plus fort en ayant bu, je lui disais que j'avais rien bu.Dans un premier temps je passe pour con et en plus je fais du mal à tout le monde.

Ma femme veut m'aider et m'a conseillé de venir ici donc je voudrais savoir ce que vous pensez de mon histoire.

Bonne soirée.

patricem - 22/09/2016 à 10h14

Bonjour,

déjà, je pense que c'est bien de réagir. Ensuite, que c'est une bonne chose que vous puissiez tenir des semaines sans, au moins, vous n'aurez pas à gérer une dépendance physique.

Maintenant, si vous n'arrivez pas à contrôler votre consommation quand vous commencez, plusieurs questions se posent :

- y a-t'il une raison pour boire, genre un stress professionnel ?
- est-ce qu'en évitant d'avoir des tentations à la maison, donc pas du tout d'alcool à la maison, cela suffit pour éviter le problème ?
- envisagez-vous une aide médicale (médecin ou psy) pour vous aider ?

Profil supprimé - 22/09/2016 à 12h34

bonjour titi82 tu as de la chance que ton épouse veuille t'aider à t'en sortir profite de l'occasion qui t'est donnée sinon un jour tu risques de tout perdre l'entourage finit par baisser les bras quand il n'y a pas d'effort de fait

Profil supprimé - 22/09/2016 à 12h49

bonjour praticien oui j'ai eu un entretien avec un médecin et doit voir un psy ce moi-ci j'évite au maximum la tentation plus d'alcool chez moi je bois et ne gère plus les doses quand je commence alors j'arrête complètement
l'envie de consommer surtout les périodes de stress depuis des années je ne bois plus par plaisir à un point où je n'aime pas le goût de l'alcool j'ai freiné ma consommation en supprimant le vin la bière le pastis mais j'ai fini par me mettre au whisky aujourd'hui ma seule motivation et bien tard j'ai tout perdu de ma vie d'avant je ne le souhaite à personne faites tous attention à vous on tombe plus vite que l'on pense et remonter est un enfer au quotidien

Profil supprimé - 22/09/2016 à 14h00

Bonjour,

Tout d'abord merci de m'avoir répondu.

Dans mon cas la présence d'alcool dans mon habitation ne me dérange pas car je peux m'en passer pendant des semaines mais il est vrai que je suis une personne assez stressée et qui est toujours entraînée de réfléchir pour le moindre truc et qui me bouffe de l'intérieur. J'ai déjà consulté un psychologue car je faisais une dépression et je pense que mon début de consommation d'alcool part de là. Il y'a un an beaucoup de choses sont arrivées sur moi presque en même temps (l'arrivée de mon fils, une maison en travaux, ma femme qui était fatiguée avec sa grossesse...) et j'ai voulu tout faire et je pense que je me suis dit qu'avec l'alcool ça allait mieux passer. Qu'elle connerie!

Profil supprimé - 28/09/2016 à 07h05

Bonjour à tous. Je me demande encore comment j'ai pu en arriver là mais depuis quelques jours et même en n'ayant fait des repas, je ne suis bien tenu!!!!!! Je sais que c'est rien mais pour moi c'est très bien et c'est un bon début et même l'alcool qui est présent dans ma maison je n'y pense pas. Je sais que j'ai du chemin encore à faire mais vu la motivation pour arrêter cette m... je pense y arriver pour moi et n'a petite famille.

Bonne journée