

ARRÊTER, ENFIN ÊTRE LIBRE...

Par **Profil supprimé** Posté le 13/10/2016 à 02h22

Inscrit à l'instant après plus d'une heure au téléphone avec un conseiller d'alcool info service, je souhaite juste partager mon expérience et trouver le courage de ne pas parcourir les 200m qui me séparent du magasin du bout de ma rue. Je ne veux plus que l'alcool dirige ma vie. Je n'ai rien de plus beau que l'amour de ma femme qui m'accompagne dans cette maladie. J'ai perdu mon travail, ma maison, il ne reste que ma femme, c'est la prochaine étape que je risque de perdre si je n'arrête pas de boire. Il est hors de question qu'une bouteille remporte sur notre amour! Demain jeudi sera dur, je le sais car les signes de manque se font déjà sentir (tremblements, palpitations, suées dans les mains et les pieds...) Je prends du Seresta pour pallier à ces problèmes physiques, il me faut maintenant la force de ne pas retourner dans ce foutu magasin. Vivement demain que je fasse le point et je le veux, être fier de ne pas avoir consommé. Merci de m'avoir lu, ca fait du bien de ne pas se sentir seul dans cette put*** de maladie.p

5 RÉPONSES

patricem - 13/10/2016 à 10h33

Bonjour,

éventuellement, allez voir votre médecin pour voir si une petite cure de valium pourrait vous aider dans ces premiers jours. Sinon, courage, les symptômes physiques se calment assez vite.

Profil supprimé - 13/10/2016 à 12h04

Merci patricem de m'avoir lu et répondu.

J'ai pris rdv chez un addicologue ce matin et la je suis à la recherche d'un psychothérapeute. Je veux y arriver, ne pas craquer!!!

Profil supprimé - 13/10/2016 à 12h54

Salut Phil,

je te répondrai ce que je viens de répondre à Fafane, En plus de ce que tu fais ou as déjà fait , je te suggère à toi aussi de rejoindre une association et tu seras moins seul pour combattre cette maladie et tu seras probablement tenté de capituler devant ce poison . Bonne continuation à toi

Profil supprimé - 13/10/2016 à 15h29

Bonjour, va déjà voir ton médecin traitant ou autre tu auras un rdv sûrement plus rapide...

Les 3 premiers jours j avous pas facile tu sais les symptômes donc c est déjà ca....

Profil supprimé - 13/10/2016 à 16h16

Bonjour, Peut-être cette brochure vous aidera autant qu'elle m'a aidée à mes débuts d'abstinence et parfois, j'y replonge encore .

http://www.ama.lu/docs/AA_Vivre_sobre.pdf
