

BESOIN DE CONSEILS

Par **Profil supprimé** Posté le 15/12/2016 à 17h56

Bonjour à tous,

Voilà, je suis ici car je suis alcoolique. Je consomme environ 2 bouteilles de Pastis par semaine et cela uniquement le soir.

Je vis seul et cette alcoolisation me permet d'oublier cela sur l'instant et me fait passer le temps!!

J'envisage dans l'avenir de me mettre en ménage avec ma copine et j'aimerais donc être clean avant, pour ne pas lui faire subir cette consommation.

Je tiens juste à préciser que mon comportement une fois alcoolisé n'est pas agressif.

Je pense donc à arrêter depuis longtemps.

J'ai rdv demain matin avec mon médecin traitant pour lui évoquer mon Gros soucis et trouver une solution.

Ma copine n'est pas au courant, encore, de ma démarche (elle ne sait pas non plus ma consommation puisque nous ne sommes ensemble le soir que le samedi)

J'ai donc besoin de conseil pour m'aider:

- que me conseiller vous comme médication pour arrêter.

-une fois l'arrêt, est-ce définitif quant à la consommation ponctuelle

-j'ai arrêté de fumer il y a 13 ans grâce à la médication, est-ce aussi "facile" quant à l'alcool.

Je vous remercie tous par avance pour vos aides et conseils.

3 RÉPONSES

Profil supprimé - 15/12/2016 à 19h53

Pas de réponse...thème trop classique!??

patricem - 16/12/2016 à 10h59

Bonjour,

le forum est modéré en semaine aux heures de bureau. Donc en général, il ne faut pas espérer de réponse le week-end, les jours fériés ou après 18 h. Ce n'est pas que les gens ne vous répondent pas, c'est juste que les réponses ne sont pas publiées. Donc, ne prenez pas mal le manque de réponse immédiate 😊

comme médication, le médecin va probablement vous prescrire un antidépresseur ou du valium, c'est assez classique pour traiter d'éventuels symptômes de manque. Après, il peut aussi vous prescrire des médicaments pour tenter de réduire la consommation, mais vu votre description, même si vous consommez deux bouteilles par semaines, il ne commencera peut-être pas par cela.

Pour la consommation occasionnelle, cela dépend des individus : certains en sont capables, et d'autres, moi le premier, non. Donc, ce sera à vous de voir comment vous le sentez et ce qui en découle (rechute ou tout va bien).

enfin, ayant arrêté la cigarette, et quelques médicaments type codéine, je considère que c'est bien plus dur. Mais d'autres pourront avoir un avis différent...

Courage et bon rendez-vous

Profil supprimé - 16/12/2016 à 11h08

Bonjour, non ne vous inquiétez je ne crois pas qu'il y ait de thème classique ou trop ordinaire. Les messages sont vérifiés, cela prend parfois un peu de temps. Pendant cette attente vous pouvez regarder les autres fils, vous y trouverez certainement quelques réponses



que me conseiller vous comme médication pour arrêter.

Cela reste assez propre à chacun, le valium m'a aidé un temps, un autre anxyolitique m'a fait l'effet de l'alcool, gestes pas contrôlés, défoncez quoi. Quoiqu'il en soit un sevrage de consommations importantes peut créer delirium tremens et crises d'épilepsie donc le mieux est de se tourner vers un médecin, si possible alcoolologue.

-une fois l'arrêt, est-ce définitif quant à la consommation ponctuelle

La aussi c'est personnel. Avec l'autorisation de certains médicaments comme le baclofène la question d'une conso ponctuelle peut se poser.

Mais sinon généralement lorsque l'on est dans l'addiction, la conso ponctuelle n'existe plus, elle redevient trop vite journalière. J'ai connu un gars qui, après 20 ans de liberté, a rebu une coupe de champagne au mariage de sa fille, une semaine après il avait la même conso que quand il a arrêté 20 ans avant. Et là il était en post cure avec moi.

Pour ça aussi un médecin alcoologue vous permettra de faire un point, de choisir. Ici aussi vous pourrez trouver des témoignages, des personnes qui ne prennent rien, d'autres qui préfèrent cette aide médicamenteuse et consommer un peu, ce sont des parcours différents, vous seul pourrez savoir celui qui vous convient.

-j'ai arrêté de fumer il y a 13 ans grâce à la médication, est-ce aussi "facile" quant à l'alcool.

Vous avez alors déjà l'expérience de gérer un manque, ça sera un plus je pense. Après la cigarette n'est pas un psychotrope, elle peut répondre à un stress mais elle ne défonce pas, ne fait pas fuir le réel, elle cache moins de chose. Patricem je crois citait des chiffres d'un médecin, je ne m'en souviens pas exactement mais c'était de l'ordre de 4 à 6 fois plus difficile pour l'alcool. Et si l'on a des tendances à l'addiction je pense que la dernière qui nous reste est un peu plus difficile à arrêter...

Mais bon c'est faisable hein 😊

Lisez ici le plus possible, renseignez-vous sur l'alcool et je vous conseille de vous rapprocher d'un centre ou d'une association avec des alcoologues pour mettre tout ça en place du mieux possible.

Bonne journée et bonne route vers un mieux-être 😊
