

## L'ALCOOL ME DÉTRUIT

---

Par **Profil supprimé** Posté le 02/06/2017 à 05h52

Bonjour à tous, j'ai 31 ans et régulièrement je fais des chutes d'alcoolisme aigu. Quand je commence à boir je n'arrive pas à m'arrêter et c'est la chute pendant plusieurs jours avec de la perte de poids et des gros problème sociaux qui vont avec. Si bien que j'ai perdu la femme de ma vie plusieurs travaux plusieurs voitures crachées des séjours au cachot. Bref l'alcool me gâche la vie je ne le fais pas paraître mais je sais que c'est un gros problème mm physiquement je suis à bout à l'heure où je vous parle et psychologiquement c'est le ko je souffre en silence mais maintenant je dois vraiment en parler car je veux plus que ça se reproduise.

### 2 RÉPONSES

---

**Profil supprimé - 02/06/2017 à 09h37**

Bonjour Gaby86,

Surtout, reprends ton calme,

tu as fais la première démarche, demander de l'aide, tu n'es plus tout seul,

ce que tu racontes je l'ai vécu moi aussi....

Plusieurs fois j'ai arrêté, seul, plusieurs fois j'ai repris,

mieux vaut être accompagné, vas sur les forums, il y en a un super ou je vais, c'est celui des AA,

" de l'ombre à la lumière", tu y trouveras des tas de gens comme toi, dont moi, qui avons le même problème,

il y a aussi les réunions AA, pour moi, au début, je ne voulais pas y aller (préjugés...),

mais j'y ai trouvé des gens formidables, sans jugements, bienveillants....

La clef à mon avis est de bien s'entourer, de participer activement dans un groupe,

tu y trouveras la force et l'espoir nécessaire, tu seras même heureux de commencer une nouvelle vie,

et du coup tes angoisses seront moindres et plus faciles à gérer,

Si tu as peur pour le sevrage, consultes également un médecin, il peut t'aider....

Au début, j'avais peur, j'avais honte, de devoir trouver de l'aide ou d'être catalogué alcoolique,

mais c'est en continuant à consommer, à me mettre minable que je m'exposais aux yeux de tous,

donc pas de honte à avoir, et fonce, vers ta liberté,

tu peux même être fier de reprendre ta vie en main, et les autres personnes dans notre cas ont besoin de nous,

pour parler, s'entraider, partager nos expériences...

Courage, espoir, et fonce sur les forums, aux réunions, chez le médecin,

c'est peut-être dur de faire ce pas, mais crois-moi, tu ne le regretteras pas,

tu sentiras vraiment la différence en rentrant chez toi.

Moi, j'ai 36 ans, mais mieux vaut réagir maintenant, si l'on sent que l'alcool nous entraîne sur une très mauvaise pente.

Il y a un bon film à regarder, il s'appelle " Un singe sur le dos", perso, j'ai pleuré en le regardant, mais il m'a aidé à renforcer mon choix.

Aller, sur ce, je te souhaite de trouver le courage, et sache que nous sommes avec toi.

Momo, un AA mi.

---

**Profil supprimé - 02/06/2017 à 10h53**

Merci momo j'ai lu ton post et il m'a marqué aussi, content que tu t'en sois sorti la j'y baigne j'suis en plein dedans aujd encore je bois j'en suis déjà à ma deuxième bouteille... si je n'avais pas d'alcool ce matin je pense que j'aurai pas pas passé la journée, je vais aller voir un médecin sur tes conseils et rencontrer les aa près de chez moi, je savais pas que ça pouvait aider je prenais ça pour une faiblesse mais en fait cest une force merci de me le faire savoir et d'avoir répondu à mon appel je te tiendrai au courant et encore merci beaucoup.

---