

MARRE

Par **Profil supprimé** Posté le 22/07/2017 à 18h51

Bonsoir,

J'ai besoin d'écrire parce que ça va mal. Je me sens très mal. J'ai un passé compliqué avec les produits, j'ai testé beaucoup de choses et j'en suis restée longtemps seulement au cannabis. Là mon problème c'est l'alcool. J'ai 27 ans et ça fait un bon moment que je consomme de l'alcool mais pas comme ça, pas comme maintenant...

Je buvais que le week-end. Beaucoup, mais que le week-end. Ensuite le soir. Et là j'en suis arrivée à boire le matin, le midi l'après-midi, n'importe quand tant que je bois.

Je me sens fatiguée.

Je comprends pas pourquoi j'arrive pas sans rien. Je sais pas faire sans ?

Ça me déprime. Je sais plus quoi faire.

1 RÉPONSE

Profil supprimé - 24/07/2017 à 10h24

Hello !

Ton message, j'aurais pu l'écrire. J'ai un passé très similaire avec beaucoup de cannabis (qui est toujours présent par contre) puis une conso d'alcool... festive vers 20 ans (mais j'étais toujours celui qui buvait le plus), puis "sociale" en allant boire des pintes tous les soirs avec des collègues en plus des murges le weekend, puis quotidienne à la maison et j'ai fini par consommer des jours entiers.

Cela fait maintenant 4 ans que j'ai accepté que j'ai un problème. J'ai participé sur de nombreux forums de manière sporadique : les réponses ne me convenaient pas. Je pouvais arrêter seul !! Et on me rabachait de me faire aider.

En début d'année j'ai eu le pire sevrage de ma vie, j'ai du rester au lit 3 jours, je n'ai pas pu aller travailler. Angoisse au maximum, sueurs, douleurs, agitation etc etc... J'ai craqué et j'ai appelé un CSAPA.

Ca a été la meilleure décision de ma vie. Si tu en as le courage fais le. Les intervenants sont géniaux et compréhensifs, la gêne que j'avais au début a disparu.

Je pense toujours qu'il est possible de s'arrêter seul, mais sur un fond dépressif c'est très difficile. Une aide médicamenteuse peut permettre d'amorcer une abstinence et les effets positifs arrivent très vite !

Je te souhaite tout le courage du monde et d'arriver à vaincre ! 😊

Prends soins de toi.

G.
