

ALCOOL, MA NOUVELLE APPROCHE

Par **Profil supprimé** Posté le 08/01/2018 à 09h19

Bonjour,

Depuis mai 2017, j'ai un nouveau rapport avec l'alcool. Suite à une echo qui a révélé un foie trop gras (steatose hépatique alcoolique), j'ai cessé net et démarré une cure détox de 2 mois avec en plus du SEDAPLANTE car j'avais dit à mon médecin être très déprimée.

Cette dernière organise des réunions auxquelles je me suis rendue, pendant 3 mois. Je suis restée sobre pendant ces 3 mois mais je n'ai pas du tout apprécié ces réunions où on démonte votre optimisme et où on vous mets en garde contre les rechutes inexorables.

Je suis une personne souriante et je ne vois pas pourquoi, le fait d'être alcoolique, devrait m'empêcher de sourire et d'être heureuse de raconter que je ne buvais plus. On aurait dit que parce que je souriais (et non riait) en parlant de mon addiction cela diminuait la conscience de cet état de dépendance.

Malgré ma sobriété de 3 mois, le docteur a voulu me mettre sous anxyolitique, SERESTA, en plus du SEDAPLANTE Il est vrai que j'en avais certainement besoin mais je ne voulais pas échanger une addiction contre une autre !!!

J'ai testé le SERESTA mais cela ne me faisait que dormir et les envies étaient là, encore, au réveil. Donc, j'ai arrêté

Avec l'arrêt de l'alcool, j'ai commencé à manger plus et je me suis remise aux bonbons et chocolat. Le docteur me disait que ce n'était pas grave, qu'elle préférerait ça !! J'étais une fois de plus sidérée !!

J'ai été obligée de rater la 4e réunion mais je n'avais pas encore décidé de ne plus m'y rendre sauf que le destin en a voulu autrement.

J'ai rechuté, bien sûr !! Mais on m'avait prévenue pffffffffffffff Maintenant, je bois moins mais je mange toujours plus et des bonbons et du chocolat !!!

Mon rapport avec l'alcool à énormément changé.

Déjà, je ne bois plus TOUS LES JOURS et ça c'est une avancée considérable.
Ensuite, je ne sens plus ces pulsions qui me rendaient folle.

J'ai donc décidé de ne plus me prendre la tête et de ne plus m'imposer de ne plus boire : mon esprit de contradiction est ravi lol

Voilà comment j'ai avancé depuis la dernière fois que j'ai publiée sur ce site. Et si j'ai arrêté de publier c'est que le fait d'en parler ne m'aider pas à oublier de boire.

Nous avons tous une manière différente de réagir face à ce problème.

1 RÉPONSE

Profil supprimé - 11/01/2018 à 17h23

Bonsoir Louann,

Je te rejoins quand tu écris "Nous avons tous une manière différente de réagir face à ce problème."

Personnellement je suis persuadé que si je reprends UN verre ce sera la premier d'une longue série.

Je ne peux que t'encourager à être vigilante quand à un accroissement lent mais certain de ta consommation.

Bonne continuation
