

PAS ENCORE EN RÉMISSION

Par **Profil supprimé** Posté le 10/03/2018 à 13h46

Voilà, je suis tombé dedans en août 2016. Voilà plusieurs semaines maintenant que je me tiens à un jour de consommation par semaine (le vendredi) mais à raison de 17 verres environ ce jour là, et la semaine je réussis à m'en passer sans trop de problème. Traitement : 1 deroxat, 5 baclos, 1 valium le soir. Pensez vous que je sois sur la bonne piste ? faut il essayer de faire une croix sur l'unique jour de conso ?

4 RÉPONSES

Olivier 54150 - 12/03/2018 à 23h31

Bonjour,
17 verres, même qu'une fois par semaine, c'est pas mal, hein ! C'est mieux que chaque jour, c'est sûr.
Chapeau quand même pour cette « maîtrise ».
Ce qui me chagrine, c'est qu'il faut 10 jours pour supprimer complètement l'alcool de l'organisme.
Je dirais que c'est un bon début, mais loin d'être la solution.
Qui à dit que c'était obligé de boire les weekends ? Et pourquoi ? La vie ne suffit pas ?
Par quoi pourrais tu remplacer cette (murge) de fin de semaine ? Là est la question.
A+
Oliv. <http://olivierm54.wixsite.com/communications/news-and-events>

Profil supprimé - 13/03/2018 à 19h41

Oui, bon je vais essayer de tenir 10 jours, aujourd'hui, j'ai pas respecté mon contrat du vendredi, tant pis je m'abstiendrai ce vendredi. Je précise, j'ai consommé ce mardi à cause d'une convocation à l'Udaff pour la garde de ma fille que j'aime. Au retour, car aux entretien sociaux ou professionnels je sais rester à jeun. En tout cas merci pour les encouragements. J'ai toujours été un éternel anxieux.

Olivier 54150 - 14/03/2018 à 14h25

pascalandré

Pardon d'être direct, mais je ne pense pas que la convocation t'ai servie un verre et te l'a fait boire de force. Pour avancer, il faudrait vraiment arrêter d'accuser l'extérieur de ses déboires.
Je bois pour que..., pas à cause de...
L'alcool est vraiment merveilleux pour supprimer l'anxiété, on le sait. Il supprime l'anxiété mais pas les causes de l'anxiété, donc ça sert à rien, au contraire, ça empire les choses.
Pour moi, l'anxiété est une peur bloqué à son maximum. Il faudrait pouvoir décortiqué, relativiser, exorcisé tout ça. Il y à plein de méthodes, un bon psy, l'écriture, le sport, l'art, la nature, parler... Souvent, la prise d'alcool n'est qu'un symptôme, pas le vrai problème.
En espérant ne pas avoir états trop « dur ».
A bientôt.
On vie très bien sans alcool. Oliv

Profil supprimé - 14/03/2018 à 19h18

Non tu n'as pas été direct, d'ailleurs merci d'avoir répondu. Je consulte régulièrement un psychologue au Csapa. Je lis régulièrement le livre d'Olivier Ameisen : le dernier verre : le précurseur du baclofène. Bon sinon rien aujourd'hui.
