

## BESOIN DE SOUTIEN DANS MA LUTTE

---

Par **Profil supprimé** Posté le 25/05/2018 à 09h12

J ai bientôt 40 ans . Je suis mariée et j ai deux enfants . Tout pour être heureuse : un mari aimant , de charmants enfants et une belle situation . Mais 20 ans quasiment d alcoolisme chronique d abord mondain ...puis après des soucis familiaux et professionnels en 2015, l alcoolisme s est fait quotidien. Je bois le soir , du rosé : une bouteille voir une et demi . Je suis devenue esclave de cette boisson . J ai perdu toute volonté . Je suis devenue grosse et sans envie . Je loupe parfois des journées au boulot à cause des gueules de bois . Je suis devenue une menteuse à trouver des excuses à chaque fois . Bref ! J peux plus me voir en peinture ! Je veux et je dois décrocher mais j'ai besoin de soutien . J ai déjà essayé d arrêter i y a 1 an eh j ai tenu 15 jours .

J en ai parlé à mon médecin traitant qui s est trouvé démuni . Il m a conseillé d aller voir un addictologue. Ce dernier dans mon coin consulte deux demi journées seulement par semaine . Autant dire que j ai rdv dans 6 mois . En attendant , j essayé des choses naturelles pour m aider : homéopathie et phytothérapie. J ai aussi du xanax en cas d angoisses .

Je n ai pas bu depuis 2 jours . Je suis troublée et un peu déprimée . Les nuits sont bizarres ....le week end arrive et j ai peur de me vautrer à nouveau ....

Je cherche ici du soutien et des conseils . Pourvoir parler tout simplement aussi .

Merci .

### 9 RÉPONSES

---

**patricem** - 25/05/2018 à 11h29

Bonjour,

et via le CSAPA de votre région, vous ne pouvez pas en trouver un autre ?

Patrice

---

**Profil supprimé** - 28/05/2018 à 14h35

Bonjour Ruth 78,

Je suis comme toi et j'ai besoin d'aide aussi! A deux on est plus fortes! Je me suis levée ce matin en me disant qu'il fallait que j'arrête Avec cette bouteille de rosé tous les soirs! Je suis allée courir pour la première fois depuis longtemps car comme toi je ne supporte plus de me voir grosse et de ne plus savoir comment m'habiller, d'avoir honte de mon corps, honte de moi.

Je suis comme toi j'ai 42 ans des enfants et tout devrait aller bien... tous les matins je me dis « j'arrête» et tous les soirs je ne m'y tiens pas... j'espère pouvoir être fière de moi demain matin et les jours suivants.

J'ai besoin d'aide, de soutien et de conseils...

Merci

---

**Profil supprimé** - 28/05/2018 à 17h02

Je vous comprend moi je suis alcoolique depuis 20 ans et aujourd'hui j ai pris la décision de aller voir mon médecin traitant il prescrit de l aortal pour un ans puis je vais faire un suivis psychologique pour m aider et je suis marié 3 enfants et je souffre il est temp que ça cesse si ça peut vous d aider courage !!!

---

**Profil supprimé** - 29/05/2018 à 22h06

Bonsoir, j ai 47 ans et je suis alcoolique depuis une quinzaine d année, je suis comme vous j ai besoin d aide, je me dégoûte de par mes mensonges, je buvais aussi ma bouteille de rosé tous les soirs jusqu a tomber jusqu au lendemain en ne me souvenant plus de rien. Ces derniers mois tous les jours je me disait qu il fallait que j arrête et tous les soirs je me disais bon on verra demain!! Jusqu a il y a 8 jours ou j'ai eu un accident de voiture, sous l emprise de l alcool, je n ai heureusement blessé personne sauf moi même, je n avais jamais pris ma voiture lorsque j avais bu, il a suffi d une fois, ça été un véritable electrochoque, j ai pris ma voiture et je ne m en souvenais même plus...je n ai pas bu une goutte depuis, je ne crie pas victoire mais chaque jour est une victoire. Je n en ai parlé a personne, j ai vu 2 fois mon medecin cette semaine et je n ai pas eu le courage de lui dire que je suis alcoolique j ai tellement honte .

Moi aussi je cherche ici soutient et parler simplement de ce fléau qui nous ronge sans etre jugée

Merci

---

**Profil supprimé** - 31/05/2018 à 08h01

Bonjour Rachel68!

Est ce que tu tiens bon?

Moi cela fait 3 jours seulement mais quel bonheur! Ça fait bizarre de ne pas ce dire au réveil « ce soir je ne bois pas »... mais « c'est pas si compliqué je vais tenir bon ». Et puis de se réveiller pimpante.... c'est encourageant je trouve!!

---

**Profil supprimé - 31/05/2018 à 11h39**

Bonjour Soize75

Oui je tiens bon 12 jours aujourd'hui...comme tu dis que du bonheur...plus de gueule de bois, plus de mensonges, j'arrive à ne plus à penser à cette bouteille, j'arrive enfin à passer une journée entière à faire des activités que je ne pouvais plus faire, bravo pour tes 3 jours, tiens bon ça en vaut la peine, mais je sais pas c'est bizarre pour moi je m'attendais à avoir des symptômes du manque, car je buvais au quotidien pourtant je ne prend pas de traitement ...courage à toi

---

**Profil supprimé - 01/06/2018 à 14h39**

Bonjour j'ai 39 ans et alcoolique depuis 15 ans, je sais que ça vient de moi et non pas des autres et au mal qu'ils auraient pu me faire. Je ne veux plus être une victime comme vous, cela fait seulement mon troisième jour mais cette fois je ai confiance.

---

**Profil supprimé - 01/06/2018 à 17h40**

Bonjour

Et merci à toutes pour vos réponses.

Je viens juste d'avoir un mail m

Indiquant que j'avais tu des réponses.

J'ai diminué ma consommation mais pas arrêté....

En fait j'essaie de voir au jour le jour car sinon je ne fais que penser à arrêter et cela me donne plus encore envie de boire.

Je m'aide avec de l'homéopathie et de la phytothérapie.

Bravo Rachel! Moi aussi j'ai eu un souci en voiture en août 2016. Perte du permis etc. J'ai arrêté net. Malheureusement j'ai repris au bout de 3 semaines, me croyant capable de maîtriser ma consommation. Tiens bon!

Soize75,

Je me vois bcp dans ton témoignage. Il serait sympa d'échanger ensemble..? Quand tu veux 😊

Bon week end!

---

**Profil supprimé - 04/06/2018 à 20h34**

Bonsoir Ruth78

Merci pour tes encouragements pour l'instant je tiens bon...

Soize75

J'espère que tu tiens bon courage

---