

TOUJOURS LE SOIR

Par **Profil supprimé** Posté le 20/06/2018 à 01h32

Bonsoir,
ce sujet a sûrement été abordé mais je voulais parler de la consommation quotidienne et invisible d'alcool nocturne.
Depuis quelque temps, insidieusement alors qu'auparavant aucun problème apparent.
Mais aujourd'hui je ne conçois plus mon frigo sans un pack de bières fraîches qui disparaissent dans la nuit. J'ai l'impression de passer mon temps à faire disparaître les "cadavres". aucune maîtrise de rien dès que le jour disparaît c'est horrible.
Pourtant la journée aucun problème pour me passer d'alcool, je serais curieuse de savoir si d'autres êtres humains étaient dans ce cas pour échanger et tenter de trouver une solution et se relever ensemble car je me sens incapable de trouver une solution seule.
cela doit paraître bien égoïste de ma part mais tant pis j'espère me sauver pour en sauver d'autres.
C'est pire que la cigarette ce satané éthanol Bacchus entend mon appel!
Merci bonne soirée

5 RÉPONSES

Profil supprimé - 28/06/2018 à 14h00

Bonjour
J'étais dans le même cas avec une consommation exclusivement le soir après le travail et le coucher des enfants

Soyez vigilant car votre cerveau en demande plus et plus souvent.

Il serait bien de commencer un suivi rapide pour casser cette mauvaise habitude qui reste circonstanciel et timée

Sans parler d'hospitalisation et existence des inhibiteurs d'envie type Selicronqui peuvent être tentés

Bon courage

Bien à vous

Peta

Profil supprimé - 28/06/2018 à 22h26

Bonsoir
Merci Peta pour ce message qui me redonne espoir.
Je vais tenter selicronqi
Et bravo à vous pour qui ce problème semble faire parti du passé
Bien à vous,
Prenez soin de vous

Profil supprimé - 01/07/2018 à 14h04

Bonjour, je suis exactement comme vous, aucune envie avant 19 h et après c la cata. Ça va jusqu'à 2 bouteilles de vin en ce moment.
Tous les matins quand je me réveille, je suis en colère après moi, et je me dis aujourd' hui j arrete ! Le soir j oublie..... je viens de consulter un alcoologue et je vais faire une cure de désintoxication début août. J ai très peur car l abstinence me fait peur. Je n arrive pas à diminuer ma consommation donc la seule solution est l arrêt total et définitif... et ça me fait peur. Pour autant je suis tellement mal pendant la journée. Je compte bcp sur les associations

smart2 - 05/07/2018 à 19h43

Bonjour à tous

Cela fait 6 jours que j'ai complètement arrêté de boire, comme ça toute seule, je suis même surprise que ça fonctionne aussi bien après des milliers de tentatives qui ont toutes échouées.

La motivation je l'ai, la volonté, l'envie... mais ça ne suffit pas l'alcool est une obsession, l'ami que l'on retrouve tous les soirs en sortant du boulot. Pour ma part, j'arrive à 18 H et l'envie se fait sentir à partir de 19H j'ai envie de fumer une clope alors j'ai envie de boire un coup ça va avec. Et c'est comme ça tous les soirs alors j'attaque un petit rosé pamplemousse, puis un 2ème... 3ème... mon mari arrive et lui se sert 1 verre alors que j'en suis déjà au 5ème !
Puis l'envie a commencé à 18H20 ...18h30 de plus en plus tôt

Comme AOM je suis capable de boire 2 bouteilles de vin en 1 soirée je me dégoûte et le matin au réveil quelle horreur....

Ce qui m'a motivé à retenter d'arrêter c'est les réflexions que vous vous prenez dans la tronche quand votre enfant de 17 ans vous dit "t'es encore bourrée" ou mon grand qui me dit "arrête de boire si tu sais pas boire" devant sa copine ! ça fait mal

Je mets des croix sur un carnet comme une gosse, je compte les jours je porte un bracelet par jour d'abstinence aujourd'hui j'en ai 6 au poignet ça commence à faire 😊

Je liste 2 colonnes les avantages de l'alcool les inconvénients et bien je peux vous dire qu'il n'y a pas beaucoup de ligne à gauche !

Hâte de vous lire, bon courage à tous 😊

Profil supprimé - 06/07/2018 à 15h11

Bonjour à tous(tes),

Je me sens toute timide de rentrer dans ce fil de discussion, c'est ma grande 1ère aujourd'hui!!

Que dire sur moi, si ce n'est que je me sens tellement comme vous: motivée tous les matins pour arrêter, permissive en fin de journée (et parfois avant!) et terriblement coupable au réveil!!

Je suis honnête avec mon problème depuis presque le début, consciente que j'ai un problème avec l'alcool et que c'est très difficile de s'en sortir seul voire impossible. Je continue mon chemin de croix comme il se dessine et je savais qu'à un moment je ferais la démarche, et je l'ai faite: j'ai pris un RV dans un pôle en addictologie pour début Août et je m'inscris aujourd'hui sur ce site de discussion. Quand je vous lis, je vois bien qu'on vit tous la même chose chacun avec nos vies propres. Motivation/volonté/envie/ ce sont nos obsessions quotidiennes.

Alors je me dis que de partager ça avec vous ça doit pouvoir donner un petit + voire même un gros sur nos "engagements" à rester clean le + longtemps possible.

Smart, j'envie ta jolie collection de bracelets, bien que j'ai pu passer 10 jours sans boire et sans difficulté il y a 2 mois au cours d'un jeûne,(quel bonheur!) mais les soirées avec les amis et les difficultés avec mon mari ont eu raison de ma nouvelle hygiène de vie hélas. Mais je me dis qu'on en tire toujours un leçon, je sais que je suis dépendante dans ma tête mais pas trop physiquement, il est donc temps de traiter le mal avant que ce ne soit plus dur.

Ce soir nous sommes invités à un barbecue chez des amis, demain à un gros anniversaire, je sais que je ne vais pas passer un WE très raisonnable.

Mais me dire que je vais peut-être avoir de l'aide avec de nouveaux amis spéciaux qui comprennent, je me sens prête à essayer une nouvelle semaine différente avec des armes plus efficaces!!

A très vite...
