

DIFFICILE DE ME CONTRÔLER

Par **Profil supprimé** Posté le 18/10/2018 à 09h36

Bonjour,

Il y a maintenant un mois à peu près que j'ai bien pris conscience de ma difficulté face à l'alcool..

Cela commence même à empiéter sur mon couple.

Malgré la prise de baclofene je ne parvient toujours pas à me contenir, à me limiter. J'en bois une puis deux, et trois
Je ne sais pas comment faire.

1 RÉPONSE

Moderateur - 18/10/2018 à 09h49

Bonjour Gabi83,

Tout d'abord bravo pour votre prise de conscience. C'est déjà un très grand pas de franchi. Vous tentez de prendre du baclofène mais ce n'est pas suffisant. Accepteriez-vous du coup l'aide de professionnels des addictions ?

Dans un CSAPA (Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie) vous pouvez obtenir des rendez-vous gratuits avec des professionnels qui vous accompagneront dans votre volonté de diminuer, de reprendre le contrôle ou d'arrêter : c'est vous qui choisissez.

Vous pouvez lire cet article qui présente les CSAPA et dans lequel vous trouverez notamment un champ de recherche pour en trouver un près de chez vous : <http://www.alcool-info-service.fr/alcool/aide-alcool/specialisee>

Par ailleurs vous trouverez dans ces forums un grand soutien. N'hésitez pas à lire et à répondre à d'autres personnes. Probablement vous recevrez aussi ici le soutien de personnes dans la même situation que vous. Cette entraide permet vraiment d'avancer et contribue à réussir.

A bientôt.

Le modérateur.
