

MARRE CETTE MOLÉCULES ME BOUFFE LA VIE

Par amy0859 Posté le 25/03/2024 à 11h55

Bonjour ,

Je n en peux plus de cette vie .

Les journée les week-ends se ressemble.

Je n es absolument pas de volonté je ne sais pu quoi faire pour arrêter cette merde .

Je ne bois pu d alcool fort mais sa reste une à deux bouteille de puch coco ou une bouteille de vin cuit part jours.

Je me déteste je suis honteuse de moi .

Parfois j arrive à ne pas boire pendant 2 jours mais je dort beaucoup du à l alcool je pense.

Le complément alimentaire kudzu m aide un peu mais j avale en même temp donc pas trop effet .

J ai le baclofen mais pareil je picole en même temp .

Je suis lessivé je me degoute intérieurement.

12 RÉPONSES

ard22 - 26/03/2024 à 11h41

Bonjour Amy,

J'espère qu'auj se déroule un peu mieux qu'hier...

Je comprends ta culpabilité...ta souffrance, ta honte, ta lassitude...

Les journées se ressemblent et tu dois probablement te dire que aujourd'hui sera le dernier de cette descende aux enfers...mais le lendemain est semblable....

Il est souvent difficile de demander de l'aide, mais dans nos situations cela pourrait être une véritable délivrance !

As-tu un contact psy ou une CSAPA pas loin de chez toi ?

J'imagine tu as déjà probablement dû consulté en raison de ton traitement actuel.

Il ne faut pas que tu lâches ta tentative de sevrage si tu es dedans, elle est super importante afin de t'éviter pleins de symptômes physiques à la con !!

Tu sais je me demande souvent : que nous manque-t-il ? Sans doute quelques trucs du fait de traumatismes, d'événements qui ont marqué nos âmes, mais pourquoi ne pourrait-on pas y arriver comme les autres, à considérer cette existence comme un "cadeau", quelque chose de précieux.

J'espère que tu me liras et que tu verras que tu n'es pas seule !

Dans l'attente de te lire 😊

ARD.

Sunshine - 26/03/2024 à 23h18

Bonjour amy0859

La souffrance que l'on ressent dans cette spirale infernale est terrible. Je rejoins Ard22 pour l'aide à demander. Démarche difficile mais qui peut sauver une vie entière! Si tu es là c'est que tu veux t'en sortir.. accroche toi ! C'est pas facile, mais ça vaut vraiment la peine. La vie sans consommer est tellement plus belle. J'espère que tu vas trouver ton chemin et surtout le soutien nécessaire pour guérir.

Ard22 je suis interpellée par ta question ; « que nous manque t-il? » je me la suis souvent posée aussi. Et je l'ai posée à mon médecin généraliste lorsqu'il m'a renouvelé mon traitement anti déprimeurs il y a quelques mois. Je lui ai dit « j'ai une carence dans mon cerveau qui empêche de voir la vie du bon côté? Je ne suis pourtant pas si malheureuse, on a tous des hauts et des bas, des traumatismes plus ou moins importants... c'est le lot de chacun. Pourquoi moi j'ai besoin de bouffer des cachets pour me sentir bien?? » il m'a répondu que c'est pas une carence, mais pour une raison ignorée et débattue par le corps médical, certaines personnes, à un certain moment de leur vie et d'autres toute leur vie, ont le cerveau qui ne produit pas assez de sérotonine. Ce phénomène peut s'améliorer de lui même grâce à la qualité de vie de la personne et elle n'aura plus besoin d'anti déprimeurs pour aller bien. D'autres en auront besoin toute leur vie, de la même façon que les personnes souffrant de diabète auront toute leur vie besoin d'un coup de pouce avec des piqûres d'insuline...

Je ne sais pas ce que vaut réellement cette explication mais personnellement ça m'a apporté un début de réponse... Et ça m'a rassurée car je m'accroche à l'idée que dans un futur que j'espère pas si lointain, je n'aurai plus besoin de ces cachets pour fonctionner.

Bon courage à tous.

Valsaph - 27/03/2024 à 07h29

@amy0859
@ard22

Bonjour à vous.

Je vois que vos commentaires sont récents. Ce n'est pas évident -à mon sens- de se retrouver dans ces forums. Un échange semble s'être instauré sur le fil "la manipulation du produit". Peut-être pourriez vous nous y rejoindre ?

Quant à vos témoignages, je les partage pleinement. En ce qui me concerne, je suis passée de buveuse quotidienne à buveuse occasionnelle, ce qui ne résoud en rien ma relation à l'alcool.

En effet, je peux facilement me passer de boire plusieurs jours car en fait, ce que je n'aime pas, c'est de me restreindre ... Et pourtant ...

Je sais comment ça se passe quasiment à chaque fois. Je pense que je vais réussir à contrôler ma consommation et bien souvent c'est le gros craquage. Je bois et à chaque fois, s'en suit une crise de boulimie.

Du coup, les lendemains sont de véritables cauchemars.

Peut-être qu'avec ce site, nos échanges, notre soutien mutuel, nous parviendrons à une relation apaisée avec ce produit.

J'ai envie d'y croire, pour vous, pour moi ...

Au plaisir de vous lire.

Plumettedu10 - 27/03/2024 à 21h32

Tu n'es pas seule, même combat que donne le baclofène, je ne connais pas, je suis sous acamprosat et pour l'instant c'est pas top, surtout ne t'en veux pas et ne te flagelle pas, aucun dégoût à avoir ni honte, il nous faut juste reprendre la main !

Valsaph - 28/03/2024 à 18h07

Merci Plumette10.

Plumettedu10 - 28/03/2024 à 19h41

Bonsoir valsaph,

Merci pour quoi?

Bonne soirée

Plumettedu10 - 28/03/2024 à 19h42

Amy5908,

Comment vas tu ce soir, donne de tes nouvelles ?

Valsaph - 29/03/2024 à 11h56

Plumette10

Pour votre message.

Jeo59 - 30/03/2024 à 06h31

Bonjour à tous j'espère que vous allez bien?

Je suis nouveau sur ce forum, et je cherche à avoir de l'aide car j'ai une consommation d'alcool excessif et l'alcool me rend impulsif et agressif verbalement en vers ma compagne. Ce qui n'est pas drôle du tout pour elle, ce que je peux comprendre. Du coup j'aimerais me faire aider pour arrêter la consommation d'alcool totalement car ça me bouffe la vie. Merci pour votre retour et votre aide. Bonne journée

Valsaph - 31/03/2024 à 08h17

Bonjour à toutes.

Comment allez vous en ce dimanche ?

Vous tenez le coup ?

Pensées affectueuses.

Valsaph - 02/04/2024 à 09h12

Bonjour à toutes et tous.

Comment allez vous à la suite de ce grand week-end ?

J'ai beaucoup pensé à vous..

A très vite, j'espère.

Valsaph - 02/04/2024 à 11h05

Bonjour Jeo59

Que vous dire ?

Si déjà, vous avez conscience que l'alcool est un problème, c'est un pas.

Après, pour le gérer, je n'ai pas de solution.

En parler aide mais est-ce suffisant ?

Tenez le coup.

N'hésitez pas à venir sur le forum pour échanger, témoigner.

Tenir déjà 24 h.

Puis de nouveau 24h

Courage Jeo !
