

## VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

### HEY

---

Par Profil supprimé Postée le 14/04/2017 23:15

Bonjour, j'ai 17 ans et j'ai conscience d'avoir quelque chose avec l'alcool qui pourrait être vraiment dangereux si je fais pas attention : je déteste ça mais j'aime être "bourré". Mais c'est pas l'objet de ma question. J'ai récemment participé à une soirée entre potes dans laquelle j'ai bu, comme je le fais généralement, de l'alcool fort uniquement dans le but de me mettre bien. Le problème c'est que deux jours après j'ai toujours l'impression d'avoir l'esprit "embrumé", comme si j'étais encore légèrement sous l'emprise de l'alcool. Et honnêtement ça me fait vraiment peur parce que je suis censé avoir décué depuis longtemps. Et si c'était irréversible et permanent ? C'est ça qui me fait réellement flipper. Ça peut paraître assez con mais je serais vraiment reconnaissant de trouver une réponse ici. Merci d'avance.

---

#### Mise en ligne le 18/04/2017

Bonjour,

Rassurez-vous, l'état dans lequel vous vous trouvez n'est que passager et vous devriez retrouver tous vos esprits au fil des jours. Sans être directement sous les effets de l'alcool, il est fréquent que les après coups de grosses alcoolisations soient désagréables à éprouver avec effectivement des sensations pouvant s'apparenter à un état d'ivresse qui perdure.

Peut-être avez-vous bu plus que les autres fois, peut-être avez-vous fait des mélanges, peut-être que vous ne vous étiez pas suffisamment alimenté ou que vous étiez plus fatigué... La façon dont on peut vivre les effets et les contres effets de l'alcool est vraiment très aléatoire, les moindres détails pouvant véritablement faire varier les ressentis.

L'introduction de votre message ne nous a pas échappée, même si la question de vos abus n'était pas tout à fait l'objet de votre demande. Si vous avez la lucidité de vous rendre compte que votre rapport à l'alcool est potentiellement problématique, cela pourrait vous être utile d'en parler dans le cadre d'une CJC (Consultation Jeunes Consommateurs). L'idée serait de faire le point sur vos habitudes de consommation, d'essayer de comprendre pourquoi vous aimez tant « être bourré », quels éventuels « bénéfices » vous tirez de cet état dans certains contextes...

Si vous avez envie d'échanger sur ces questions, sachez que les consultations en CJC sont individuelles, confidentielles et gratuites, accessibles sans autorisation parentale et sans courrier du médecin traitant. Il existe plusieurs CJC dans votre département dont vous pourrez trouver les coordonnées via le lien que nous vous joignons ci-dessous.

Nous restons disponibles bien sûr si d'autres questions se posent quant à vos consommations. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0 980 980 930 (appel anonyme et non surtaxé) ainsi que par Chat de 14h à minuit.

Cordialement.

---

#### En savoir plus :

- "Les CJC"