

COMMENT CONTRÔLER

Par Profil supprimé Postée le 21/06/2017 16:42

Bonjour je bois depuis l'âge de 15 ans j'en es 25
Il ne se passe pas une semaine sans que je consomme de l'alcool
J'aime l'alcool j'aime boire et je sais pertinemment que j'ai un soucis
J'ai fait de bonne étude j'ai un travail très bien un appartement une copine depuis 5 ans
Des amis bref j'ai pas à me plaindre

Le soucis c'est que des que je touche une goutte d'alcool je suis obliger d'aller jusqu'à la déraison
Je ne vomis jamais mai ça mes déjà arriver de faire dès trou noir, je consomme énormément 1l voir 2l
Dans mon entourage professionnel on consomme tous énormément on aime se dire que ça nous aide à tenir le coup
Le problème c'est que je deviens de plus en plus dangereux pour moi-même avec l'alcool j'ai commencer à prendre de la cocaïne occasionnellement

Ma copine ne dit rien mai je sais très bien que ça comment à la gonfler
Alors si vous aviez des conseils à me donner
Pas du style arrête de boire car je sais tres bien que je n'y arriverais pas mai plutôt comment contrôler ça consommation
Je vous remercie d'avoir pris le temp de me lire

Mise en ligne le 22/06/2017

Bonjour,

Vous buvez depuis plusieurs années et vous vous rendez compte que vous devenez de plus en plus dangereux pour vous-même car vous n'arrivez pas à contrôler votre consommation. Si vous commencez à boire, vous êtes obligé d'aller jusqu'à la "déraison". Vous commencez également à prendre de la cocaïne. La démarche que vous faites auprès de nous est déjà un premier pas.

Vous nous demandez des conseils pour contrôler votre consommation, car vous savez bien que vous n'arriverez pas à arrêter pour le moment. Se passer d'un produit, apprendre à vivre sans consommer est toujours possible, même si cela prend parfois du temps. Toutefois, il est aussi possible d'apprendre à contrôler sa consommation, cela dépend de chacun et de chaque situation.

Afin de faire le point sur la vôtre et être conseillé au mieux, nous vous invitons à prendre contact avec un professionnel dans une Consultation Jeunes Consommateurs. Ce dernier pourra réfléchir avec vous aux façons de retrouver un fonctionnement plus satisfaisant et des consommations moins risquées. Il sera plus efficace probablement que vous puissiez établir une sorte de plan ensemble, de programme ou de contrat de réduction de vos consommations. Vous trouverez les adresses des consultations proches de chez vous via le lien proposé en fin de message, n'hésitez pas à les contacter.

Pour d'autres informations, ou tout simplement pour en parler, vous pouvez nous appeler au 0980 980 930 (Alcool Info Service, appel anonyme et non surtaxé depuis un poste fixe, tous les jours de 8h à 2h du matin).

Cordialement.

En savoir plus :

- En soirée, je ne sais pas m'arrêter de boire
- Les consultations jeunes consommateurs
- Comment savoir si j'ai un problème avec l'alcool