ALCOOL-IN

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

AIDEZ MOI

Par Profil supprimé Postée le 06/09/2017 08:31

Bonjour J'ai un souci avec l alcool lorsque je bois je n arrive plus à m arrêté.Je peux rester quelques jours sans boire mais parfois j'ai comme des pulsions j'ai envie de boire et je fais n importe quoi trou noir etc mais j'ai honte d'aller voir un médecin pour en parler je n'y arrive pas je me dis que je vais y arriver seul et rebelote je recraque je le plus longtemps que j'ai tenu 15jours mais l écart se réduit maintenan 3 4 voir 5 jours .en plus je bois très vite et beaucoup je pense enfin maintenant je suis sur que j'ai besoin d aide voilà aidez moi

---

Mise en ligne le 08/09/2017

Bonjour,

Vous avez des consommations d'alcool compulsives que vous n'arrivez plus à maitriser une fois que vous commencez à boire. Ces consommations ont des conséquences sur votre comportement et peuvent entrainer des trous noirs.

Vous nous dites également votre inquiétude sur le fait que ces périodes de consommations problématiques pour vous ont tendance à avoir des délais rapprochés dans le temps.

Il serait intéressant que vous puissiez comprendre ce qui fait que vous êtes dans ce type de fonctionnement et à quoi ces consommations sont reliées : dans quel contexte elles ont lieu, dans quel état d'esprit vous êtes dans ces moments là.

Vous nous dites avoir besoin d'aide mais être en difficulté pour vous adressez à un médecin généraliste.

Sachez qu'il existe d'autres interlocuteurs qui peuvent vous aider dans un cadre confidentiel et gratuit. Ces professionnels peuvent vous accueillir sans jugement et avec bienveillance, ils savent que faire une demande d'aide n'est souvent pas facile et valoriseront votre démarche.

Ces lieux sont des Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). L'équipe est le plus souvent composée de médecins addictologues, psychologues et éducateurs

Vous trouverez en fin de message un lien où vous pouvez chercher un CSAPA dans votre département, ainsi qu'un lien renvoyant vers un article du site en rapport avec le thème de votre question.

Nos écoutants sont disponibles pour échanger avec vous ou vous orienter au mieux en fonction de votre lieu de résidence, tous les jours de 8h à 2h du matin au 0 980 980 930 (appel non surtaxé et anonyme), ou par tchat en vous connectant sur notre site de entre 14h et minuit.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- L'alcool et vous
- Adresses utiles du site Alcool info service