ALCOOL-IN

VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

SEVRAGE

Par Fanfan81 Postée le 04/11/2021 09:17

Bonjour, j'en suis à ma 3ème semaine de sevrage et encore fatiguée, est-ce normal ? Merci

---

Mise en ligne le 08/11/2021

Bonjour,

C'est difficile de vous dire si cette fatigue est uniquement liée ou non à votre sevrage.

Vous avez dépassé la période critique de la première semaine mais certains symptômes, généralement plus émotionnels, peuvent être présents durant plusieurs jours voir semaines.

La fatigue se retrouve assez fréquemment, et se manifeste comme une sorte de déprime parfois.

Nous ne savons pas si vous êtes accompagnée par des professionnels de santé dans votre démarche ni si vous prenez un traitement médicamenteux mais des vitamines, de la phytothérapie pourraient peut être vous aider à vous sentir mieux. Nous vous conseillons de voir cela avec votre médecin traitant qui pourra également effectuer un bilan de santé.

Pour information, sachez qu'il existe des consultations spécialisées dans la prise en charge des dépendances. Elles se trouvent dans des CSAPA (Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Les consultations sont confidentielles et gratuites et assurées par des professionnels de santé.

Vous trouverez, si besoin, les coordonnées des CSAPA proches de chez vous ci-dessous.

Dans tous les cas, votre état devrait s'améliorer petit à petit.

Pour tout soutien, sachez que nos écoutants sont disponibles tous les jours soit par téléphone au 0980980930, de 8h à 2h, appel anonyme et non surtaxé, soit par Chat via notre site internet Alcool Info Service, de 8h à minuit.

Bien à vous

POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES

CSAPA - ESPACE ACCUEIL ET D' INFORMATION SUR LES DÉPENDANCES

76, rue Lavazière
Villa le Marronnier
81000 ALBI

Tél : 05 63 49 94 34
Accueil du public : Lundi au vendredi : 9h/12h et 14h/17h.
Consultat° jeunes consommateurs : Vendredi matin 9h30/13h
Substitution : Lundi au vendredi 9h/11h45.

Voir la fiche détaillée

CSAPA ASSOCIATION ADDICTION FRANCE 81

128, rue de Cantepau
81000 ALBI

Tél : 05 63 54 78 95
Site web : https://addictions-france.org
Accueil du public : Lundi, mardi et jeudi 9h/12h45 et 13h30/17h15, vendredi fermeture à 16h30 et Mercredi 9h/12h45

COVID -19 : Accueil en présentiel avec gestes barrières
Secrétariat : Lundi, mardi et jeudi 9h/12h45 et 13h30/17h15, vendredi fermeture à 16h30 et Mercredi 9h/12h45

Voir la fiche détaillée