

TREMBLEMENTS

Par yannzic Postée le 12/01/2023 15:26

comment éviter les tremblements du matin, lorsque on ne prend pas d'alcool?

Mise en ligne le 13/01/2023

Bonjour,

Nous disposons de peu d'éléments de compréhension concernant votre situation au regard de l'alcool. Pour autant, nous allons tenter de vous apporter quelques pistes d'informations en vue de faire le point.

N'hésitez pas à reformuler votre demande ultérieurement dans cet espace, en précisant davantage le contexte qui vous concerne (ancienneté et rythmes des consommations, suivi médical, etc.).

Les tremblements des mains à l'arrêt des consommations sont un des symptômes de sevrage pouvant indiquer une dépendance physique à l'alcool. Il en existe d'autres telles qu'une sensation de malaise, angoisse, tachycardie, transpiration se manifestant dans les heures ou jours qui suivent le sevrage. Dans ce contexte, un arrêt ou une diminution rapide et brutale des consommations d'alcool nécessitent un suivi médical et une prescription médicamenteuse.

Il est déconseillé, lorsque la dépendance physique est établie par un professionnel de santé (médecin généraliste ou médecin addictologue), d'arrêter sans aide médicamenteuse. C'est un risque pour la santé de l'utilisateur qui peut présenter des complications comme l'hyperthermie, les convulsions voire le délirium tremens qui constituent des urgences médicales.

C'est pourquoi, nous ne pouvons que vous inviter à en faire part à votre médecin traitant. L'idée étant d'évaluer votre niveau de dépendance par le biais d'un bilan de vos consommations. En fonction de cette évaluation, le médecin pourra proposer un traitement adapté pour sécuriser votre démarche d'arrêt et votre état de santé.

Pour plus d'informations sur la diminution ou l'arrêt de l'alcool, nous vous transmettons en bas de page un lien vers notre site internet.

Sachez qu'en plus de votre médecin traitant, il existe d'autres interlocuteurs pouvant vous informer, vous conseiller et vous accompagner dans votre souhait d'arrêter l'alcool. Il s'agit de consultations confidentielles, individuelles et gratuites qui ont lieu dans des Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Sur place, médecin addictologue, psychologue et infirmier sont en mesure de répondre à toutes vos interrogations et soutenir votre volonté de vous sevrer.

Vous trouverez en bas de page, les coordonnées d'un CSAPA dans la ville la plus proche. Si cela ne vous convenait pas, vous trouverez un lien vers notre rubrique « adresses utiles » pour effectuer une autre recherche.

Enfin, n'hésitez pas à joindre notre service d'écoute pour d'autres informations ou précisions quant à votre situation. Alcool-info-service est accessible au 0980 980 930 tous les jours de 8h à 2h (appel anonyme et non surtaxé), ou par tchat via notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Bien à vous

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

DÉPARTEMENT D'ADDICTOLOGIE - LA MAISON DES ADDICTIONS - CSAPA

1b rue Foller
54031 NANCY

Tél : 03 57 80 66 00

Site web : www.cpn-laxou.com/Le-Departement-d-Addictologie-se.html

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 17h30.

Accueil du public : Lundi au vendredi 9h/17h30.

Consultat° jeunes consommateurs : Mercredi 15h/19h à la Maison des Adolescents de Nancy: 14 rue François de Neufchâteau,

Substitution : Délivrance méthadone : Lundi 9h/16h30, mardi, mercredi et vendredi 9h/12h45.

COVID -19 : Octobre 2022: Accueil sur place dans le respect des gestes de précaution.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service

Autres liens :

- Diminuer ou arrêter