ALCOOL-INFO

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

SEVRAGE: L'ENFER

Par Profil supprimé Posté le 03/02/2014 à 13h21

Bonjour,

Après dix ans d'alcoolisme (2 à 3 soirs par semaines) et de troubles paniques, traitée sous anxiolytiques, j'ai enfin décidé de me sevrer de ces deux drogues. Cela fait huit jours que je ne prends plus d'anxio et le sevrage est un vrai enfer (agitation, angoisse, transpiration, tachicardie, dépersonnalisation).
Pour l'alcool j'ai tenu une semaine mais me suis enfilé une bouteille de vin samedi (terrible erreur car mon sevrage est à recommencer) pour apaiser mon organisme en manque de ttes ces substances. Nous sommes lundi et le manque physique revient: agitation, angoisses.
Je ne sais pas combien de temps cela va durer mais cet horrible passage me fait comprendre bien des choses.
Ces deux substances sont de réels dangers et affectent l'organisme violemment. Je serais bien folle d'y retourner.
Je voudrais savoir combien de temps durent ces effets?
Merci beaucoup.

1 RÉPONSE

Profil supprimé - 03/02/2014 à 14h31

Bonjour,

Pour ce qui est du sevrage physique, normalement en 10 jours d'abstinence totale, le corps a renouvellé son eau et tu devrais etre libéré(e?) des symptomes physiques. Tel que suées, insomnies, tremblements etc...

Le plus long c'est le sevrage psychologique. Qui lui intervient en deux phases. 1 mois pour les pulsions d'agitation, d'angoisses, et d'envies fortes. Et plus de 6 mois pour voir dimininuer les "flashs" d'envie soudaine, qui peuvent etre gérés plus facilement.

Enfin c'est ce que j'ai constaté, et surtout ce qu'un médecin m'avait expliqué en cure de sevrage hospitalier y'a quelques années.

Bon courage !