VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

SEVRAGE

Par Profil supprimé Postée le 13/01/2017 12:45

> Je ne bois plus depuis ce matin, du seresta m'a été prescrit
> combien de temps vont durer les tremblements ?

Mise en ligne le 15/01/2017

Bonjour,

Les tremblements font partir du syndrome de sevrage à l'alcool. L'anxiété, l'irritabilité, les cauchemars, des sueurs, des palpitations font également partie de ce syndrome, qui dure généralement entre deux à cinq jours. Passé ce délai, on considère que le corps a éliminé l'alcool et le malaise général ressenti doit s'apaiser. Toutefois, si cela persiste plus longtemps, il est important de faire le point avec votre médecin pour voir ce qui se passe.

Une fois le sevrage terminé, on ne sent pas forcément tout de suite mieux. En effet, il faut souvent du temps pour réapprendre à vivre, à fonctionner sans un produit que l'on avait l'habitude de consommer. N'hésitez pas à demander du soutien si vous sentez que c'est difficile, si vous avez l'impression que "quelque chose" vous manque. Vous pouvez vous adresser pour cela à un Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) dont vous trouverez les coordonnées via le lien indiqué en fin de message.

Pour d'autres informations, ou tout simplement pour en parler de vive voix avec l'un de nos écoutants, 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).

Avec tous nos encouragements,

Cordialement.

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service
- Le sevrage