

SEVRAGE

Par lwillrise Postée le 07/04/2021 14:57

Bonjour J'ai arrêté de boire depuis 5 jours avec un passage aux urgences le lendemain de ma dernière alcoolisation. Crise d'angoisse vertiges nausées violentes Je buvais en moyenne une bouteille par jours Je tente un nouveau sevrage, et je fais de grosses insomnies j'ai également des nausées mais un peu moins je suis épuisée sur les nerfs mais ce qui m'en drange le plus par rapport aux fois précédentes c'est cette migraine que rien ne calme depuis plus de 48h ... cela est il courant ? Combien de temps peuvent elles durer ? Peut être dues aux insomnies aussi je suppose. (rythme de vie décalée fatigue le jour) En tout cas très peu d'envie de reboire. Je suis vraiment motivée pour l'instant. A voir dans le temps avec l'arrivée De l'ete Et les épreuves de la vie..

Mise en ligne le 08/04/2021

Bonjour,

A l'arrêt d'une consommation régulière d'alcool, peut apparaître un syndrome de sevrage. Celui-ci se traduit par des manifestations symptomatiques qui surviennent dans les suites immédiates ou différées jusqu'au dixième jour suivant cet arrêt. Ces manifestations traduisent un état de manque psychique, comportemental et physique.

Le syndrome de sevrage associe de façon variable plusieurs types de manifestations, dans la grande majorité des cas : des troubles subjectifs tels que anxiété, agitation, irritabilité, insomnie, cauchemars ; des troubles neurovégétatifs comme sueurs, tremblements, tachycardie, hypertension artérielle et des troubles digestifs : anorexie, nausées, vomissements. Les migraines ne sont pas observées couramment mais nous vous rejoignons sur le lien qui peut être fait avec les insomnies, le changement de rythme, une faible alimentation du fait des nausées ou encore un manque d'hydratation...

A la lecture de votre message, nous comprenons que vous ressentez bon nombre de ces manifestations et concevons que cela puisse être éprouvant. L'intensité et la durée sont variables d'une personne à l'autre et comme vous pouvez l'observer, également d'une fois sur l'autre. Ils peuvent aller jusqu'à deux semaines.

Il nous semble important de vous rapprocher d'un professionnel de santé afin d'évoquer cette migraine persistante et de pouvoir obtenir de quoi la calmer. Ce peut être votre médecin généraliste ou un professionnel spécialisé sur la question des consommations. Ces professionnels proposent des consultations individuelles, confidentielles et gratuites dans des dispositifs spécifiques. Ce serait peut-être également l'occasion d'évoquer vos appréhensions sur la façon de gérer cette consommation ou cette abstinence dans l'avenir.

Il en existe de nombreux à Paris, nous vous joignons deux liens mais vous pouvez également nous joindre de façon anonyme au 0980 980 930 (appel non surtaxé) tous les jours de 8h à 2h ou par chat de 8h à minuit via notre site afin que nous puissions vous aider dans une autre orientation si besoin.

Nous vous encourageons dans votre démarche.

Bien cordialement

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

UNITÉ DE SOINS EN ADDICTOLOGIE FERNAND WIDAL

200, rue du Faubourg-Saint-Denis
Médecine Interne Toxicologique et Addictologique
75010 PARIS

Tél : 01 40 05 42 01

Site web : www.aphp.fr

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h-12h00 14h00-16h00

COVID -19 : test PCR de moins de 72heures pour une hospitalisation

Voir la fiche détaillée

61 boulevard de Picpus
75012 PARIS

Tél : 01 53 44 01 40

Site web : www.addictions-france.org/etablisements/csapa-de-paris-12em

Accueil du public : Sur rendez-vous du lundi au jeudi de 9h-13h et de 14h-18h et vendredi de 9h-13h et de 14h-16h

[Voir la fiche détaillée](#)

En savoir plus :

- [Chat](#)