

ARRET DE BOIRE

Par herve Postée le 29/08/2022 06:53

les sensation que je vous est decrite lors dun precedant message dure combien de jour j ai l impression de faire une crise d angoise que puit je faire pour m en sortir la nuit je dors tres peu.aider moi a comprendre merci

Mise en ligne le 29/08/2022

Bonjour,

Les symptômes de sevrage à l'alcool durent quelques jours, et la durée est variable selon les personnes (une dizaine de jours).

L'anxiété et les insomnies que vous évoquez peuvent être fréquentes lors de l'arrêt de l'alcool. Les symptômes sont résolutifs, c'est-à-dire qu'ils diminuent et disparaissent progressivement. La mise en place d'un traitement pour une courte durée pourrait vous aider à supporter ces symptômes envahissants.

Nous redoublons d'encouragements à prendre contact avec les structures que nous vous avons proposées. Cela vous permettrait de vous sentir moins seul face à cette démarche, aux effets du sevrage, et aux modifications des habitudes que l'arrêt de l'alcool implique.

Bonne continuation à vous.
