

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

QUESTIONS SUR LE SERESTA

Par **Maxim** Posté le 06/08/2023 à 16h05

Bonjour à tous

Je souhaite arrêter de boire mais j'ai une grande peur qui est l'insomnie et les suees nocturnes. Mon médecin m'a prescrit du seresta..est ce que quelqu'un peut témoigner sur l'action se ce médicament ? Aide-t-il pour les suees nocturnes ?d'avance un grand merci

2 RÉPONSES

Today - 07/08/2023 à 13h47

Bonjour Maxim.

Je n'ai pas eu de seresta lors de mon sevrage mais de l'alprazolam. Même famille de médicaments.

Cela m'a bien aidé à soulager mon anxiété.

En ce qui concerne les symptômes de sevrage, nous ne sommes pas égaux à ce niveau là. Certains auront des symptômes très marqués tels que tremblements, sueurs, crises d'angoisse et d'autres n'en ressentiront que très peu voir pas du tout. Cela dépend aussi je pense du degré d'intoxication.

De mon côté, consommatrice du soir (1 voir 1,5 de vin/soir), je n'ai pas ressenti de tremblements ni de sueurs ni d'insomnies. J'étais très anxieuse par contre et je pense que le médicament m'a aidé à bien diminué cet état.

Selon le dosage qui vous a été prescrit, vous pouvez avoir le sentiment d'être ralenti, dans du coton....d'autres effets style nausée, maux de tête peuvent survenir mais difficile de savoir si effet secondaire du seresta ou lié au sevrage.

Avez-vous eu aussi une prescription pour des vitamines (b1 b6 pp)?

Pensez à boire aussi beaucoup d'eau....mon médecin m'avait préconisé 3litres d'eau et je les ai bu voir même plus.

Manger plus tôt coupe aussi les envies.

Aller marcher.

Si insomnie il y a, ainsi que sueurs, sachez que cela ne durera pas, c'est temporaire.

Courage à vous et n'hésitez pas à venir parler ici.....cela aide beaucoup.

Maxim - 12/08/2023 à 20h38

Bonjour merci beaucoup pour votre message. Pour l'instant je n'ai pas osé passer le cap. J'ai comme l'impression que quelque chose va me manquer. J'ai peur du vide je crois. Avez-vous aussi ressenti ce sentiment ? Je bois toujours le soir en rentrant du travail car je crois que ça m'aide a quelque chose. Merci en tout cas pour votre retour et félicitation pour votre arrêt
