

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

UN VERRE ET JE SUIS PATRAQUE LE LENDEMAIN

Par [Ikebana](#) Posté le 27/08/2023 à 20h03

Bonjour,
Je cherche à comprendre ce qui m'arrive.
Je suis une femme de 48 ans.
J'ai toujours eu une consommation modérée. Mais j'ai eu une sale période dans ma vie et j'ai consommé plus d'alcool pendant 3 ans je dirais. Pas tous les jours et pas jusqu'à être complètement beurrée mais bref, je buvais plus (bière ou vin)
Depuis un an ma consommation est redevenue bien moindre, modérée, mais depuis 9 mois un seul verre et je suis patraque le lendemain. Je ne cherche pas à boire pour boire mais juste partager un verre de temps en temps sans être vaseuse le lendemain. Même si je ne vois pas un seul verre pendant une semaine-10 jours c'est pareil.
Je cherche à comprendre auprès de vos expériences avant d'aller voir un médecin.

Merci de m'avoir lue, merci d'avance pour vos réponses.

I.