

COMMENT ARRÊTER?

Par Profil supprimé Postée le 27/12/2014 12:41

comment arreter sans effets secondaires? j'aimerais arreter mais pouvoir boire de temps en temps,et avec modération,ce qui est loin d'etre le cas!

Mise en ligne le 29/12/2014

Bonjour,

Vous êtes apparemment dans une consommation problématique d'alcool. Mais il est difficile, au vu des éléments que vous amenez, de déterminer s'il s'agit d'une dépendance.

Si votre situation est celle d'une dépendance à l'alcool, les effets du sevrage peuvent se manifester sur un plan physique et psychologique. Dans ce cas de figure, il est fortement conseillé de consulter des professionnels, à savoir médecin et psychologue. Un traitement médicamenteux sera sans doute indiqué pour éviter tout risque médical en lien avec cet arrêt.

Dans la très grande majorité des cas de dépendance, la réduction de la consommation (consommer de temps en temps et avec modération) n'est pas possible ; l'arrêt total est alors préconisé.

Si votre consommation est problématique mais ne relève pas d'une dépendance, il n'y a probablement pas de dépendance physique à l'alcool, et donc pas de risque à l'arrêt de la consommation. En revanche, il est possible que votre consommation soit en lien avec des angoisses que vous auriez, et un travail psychologique peut être conseillé.

Dans ce cas de figure, revenir à une consommation plus modérée est envisageable.

Si vous le souhaitez, vous pouvez nous contacter par téléphone (0 980 980 930) afin que nous puissions échanger davantage sur votre situation et vous apporter des éléments de réponses plus précis. L'appel est gratuit depuis un poste fixe et au coût d'une communication ordinaire depuis un portable. Notre service est ouvert tous les jours de 8h à 2h du matin.

Vous pouvez également consulter des professionnels (médecin, psychologue, travailleur social) dans un Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention des Addictions (CSAPA). Nous vous indiquons ci-dessous les coordonnées de deux structures de ce type.

Cordialement

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

CSAPA LE SÉMAPHORE

6 rue de Provence
13004 MARSEILLE

Tél : 04 91 91 50 52

Site web : www.addiction-mediterranee.fr/

Accueil du public : lundi de 9h à 13h et de 14h à 19h, mardi, mercredi et vendredi de 9h à 13h et de 14h à 18h, le jeudi de 14h à 19h. (horaires modifiés en juillet et août lundi et jeudi jusqu'à 18h et vendredi jusqu'à 17h)

COVID -19 : Contact de juillet 2022 Port du masque obligatoire et désinfection des mains.

Substitution : délivrance de méthadone tous les matins sauf le jeudi.

Voir la fiche détaillée

CSAPA ADDICTIONS FRANCE

24A, rue Fort Notre-Dame
13007 MARSEILLE

Tél : 04 91 84 75 12

Accueil du public : du lundi au vendredi de 9h à 18h

COVID -19 : Port du masque obligatoire et désinfection des mains, Accueil sur rendez vous uniquement et possibilités de

consultations en présentiel ou distanciel

Permanence téléphonique : Lundi de 9h à 18h, mardi de 8h30 à 11h30, mercredi de 9h à 17h, possibilité de laisser un message sur le répondeur

[Voir la fiche détaillée](#)