

ENCORE DES CRAVING ??

Par Profil supprimé Postée le 31/03/2015 19:17

bonjour je suis abstinant depuis 3 ans et quand je pense a un verre de vin j'ai une envie très forte d'en boire un. est il possible que ce soit encore des cravings ou plutôt psychologique ,je n'ose meme plus avoir d'activité car dès que je sort de ma routine je me pose la question en boucle "est ce que un verre de vin me ferait envie"

Mise en ligne le 02/04/2015

Bonjour,

Le craving se définit comme une envie très intense de consommer. Cette envie peut survenir même après plusieurs années d'abstinence et signifie que l'on est encore probablement fragile en ce qui concerne une éventuelle reconsommation.

Vous n'osez plus sortir de chez vous et vous n'osez plus avoir d'activité de peur d'être assailli par une envie de boire. L'accompagnement sur le long terme de l'abstinence est important car effectivement, on n'est jamais à l'abri de se retrouver dans une situation où "un verre de vin fera envie". En parler, y réfléchir avec un professionnel permet de gérer cela afin de le vivre au mieux. Si vous n'êtes pas suivi actuellement, nous vous encourageons à contacter le Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) proche de chez vous. Ces centres reçoivent toute personne qui se sent en difficulté avec une consommation de produit. Nous vous indiquons quelques adresses en fin de message, n'hésitez pas à les contacter.

Pour d'autres informations, ou pour en parler de vive voix, vous pouvez nous appeler au 0980 980 930 (Alcool Info Service, appel non surtaxé depuis un poste fixe, anonyme, tous les jours de 8h à 2h du matin).

Cordialement.

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

CENTRE HOSPITALIER DE DAX : UNITÉ DE SOINS ET ELSA

Boulevard Yves du Manoir
B.P 323
40107 DAX

Tél : 05 58 91 39 24

Site web : www.ch-dax.fr

Secrétariat : Prise de rendez-vous du lundi au vendredi de 9h à 13h. En dehors de ces horaires, possibilité de laisser un message et ses coordonnées.

Accueil du public : Consultations du lundi au vendredi de 9h à 17h00 30

COVID -19 : information de juillet 2021 : Accueil dans le respect des protocoles sanitaires

Voir la fiche détaillée

ASSOCIATION CAMINANTE- CSAPA LA SOURCE DAX ET CENTRE MÉTHADONE

28 bis bld Claude Lorrains
40100 DAX

Tél : 05 58 56 38 00

Site web : asso-caminante.fr/nos-etablissements/__trashed/

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 18h, sauf mardi après-midi

Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 18h, sauf mardi après-midi

Consultat° jeunes consommateurs : Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 18h, sauf mardi après-midi

Substitution : Centre méthadone contact au 05 58 56 38 00 et fax : 05 58 58 03 46. Délivrance tous les matins de 10h à 12h30.

COVID -19 : information d'octobre 2022 : Accueil dans le respect des règles sanitaires

[Voir la fiche détaillée](#)