

Forums pour les consommateurs

Avis sur SELINCRO

Par edika22 Posté le 04/03/2016 à 14h25

Bonjour à tous

Quelqu'un a t il de l'expérience sur le nouveau médicament SELINCRO et sur ses effets secondaires?

Merci

117 réponses

chouquette95 - 04/03/2016 à 16h56

bonjour,

j'ai pris SELINCRO pour moi ca a été super efficace !!

les effets sont 1 verre et hop tu as l'impression d'être saoulé j'avais la tête qui tournait (je buvais tout les soir 1 ou 2 ti punches qui ne me faisaient pas avoir la tête qui tourne) et la verre et hop tu n'as pas envie d'en prendre un 2 eme tellement tu as l'impression que tu vas être malade !!!

effets secondaires : ca dure 6 jours pour moi !!! j'ai pris SELINCRO le 2 juillet 2014 et mon dernier verre était le 2 juillet

1er jour : la tête qui tourne avec 1 verre, nuit agitée, courbatures + crampes

2eme jour : nausées, sueurs, tête qui tourne allusionation, état d'ivresse sans avoir bu,j'ai même appelé Alcoolique Anonyme

3eme jour : pas envie de boire, pas faim, toujours la tête qui me tourne

4eme jour : dors très mal, anxieuse toujours la tête qui me tourne

5eme jour : pas faim, envie de vomir toujours la tête qui me tourne

6eme jour : pas faim, dors affreusement mal toujours la tête qui me tourne

7eme jour : ca y est je dors un peu mieux, et retrouve la faim

et depuis le 2 juillet plus une goutte d'alcool ca change une vie !!

courage a toi

edika22 - 04/03/2016 à 17h53

Merci pour ta réponse

Personnellement, je suis au 3ème jour. Effectivement, je dors mal, j'ai pas faim, et j'ai l'impression que mon cerveau tourne au ralenti

Par contre, dès la prise du médoc, j'ai arrêté de boire; pour l'instant , pas trop de problème. Combien de temps as tu pris ce médoc?

chouquette95 - 04/03/2016 à 20h35

J ai pris les medocs 3 mois jusqu au 1 octobre c est super

cedricgui - 05/03/2016 à 20h10

Bonjour, voilà 3jours que je prend selincro et depuis aucune prise d alcool pas vraiment l envie! Pour ce qui est des effets secondaire j ai juste très mal au crâne 2h après la prise sinon le reste ça va.. Pourvu que ça dur.. Bon courage

stecile - 20/09/2016 à 12h49

Bonjour,

J'avais un passé alcoolique de plusieurs dizaines d'années.

Au cours des 5 dernières années je consommait dès 9h du matin et en moyenne 1/2 bouteille de whisky et 3 à 4 bières forte (11°).

J'ai commencé à prendre du Selincro il y a 3/4 mois, je ne sais plus exactement quand c'est dire à quel point je n'ai plus d'attirance pour l'alcool.

Mon médecin me l'avait prescrit (couplé avec de l'Alprazolam 0.25 mg 1 fois/jour) pour une diminution de consommation mais en fait dès le second jour je n'avais plus envie d'alcool.

Je n'ai eu aucun effet secondaire, juste des cauchemars au début ou je me voyais dans de sales situations en étant alcoolisé.

Depuis un mois je n'en prend plus, sauf une fois ou 2 en préventif : fêtes avec des amis ou petits coups de blues que j'avais peur d'essayer de "résoudre" avec de l'alcool.

Voilà, je ne dis pas que c'est magique mais ça a très bien fonctionné pour moi et au passage je trouve dommage que certains forums (pro Baclofène) dénigrent ce médicaments d'une manière systématique.

Stéphane

mayomi - 25/09/2016 à 15h15

bonjour,

moi je l'ai pris 1 fois et j'ai eu l'effet d'un très fort alcool, avec hallucinations maux de tête mais le lendemain j'ai arrêté ma consommation d'alcool (que j'ai repris quelques jours plus tard)

Fredo la piche - 05/12/2016 à 09h23

Bonjour à tous,

depuis 20 ans, je consomme les 4x4 : en moyenne 4 verre d'alcool (whisky ou autres) et 4 verres de vin par jour, plutôt le soir. Je commence à sentir des malaises au niveau gastro-intestinal...

Chaque année, j'ai la bonne habitude d'arrêter 20 jours avant Noël et 40 jours avant Pâques. Mais quand je reprends, en deux jours c'est reparti en 4x4. Depuis longtemps, je me dis que cela serait bien de ne pas reprendre le 4x4 et d'aller vers le 1x4 ...Jusqu'ici c'était un rêve inaccessible. Et j'ai entendu parler du « Selincro »

Hier, après ma première semaine d'abstinence avant Noël, je recevais des amis, pour apéro et dîner.

J'ai pris un Selincro vers 17h

A 19h30 j'ai pris un "bon whisky" (6 cl 12 ans d'âge) puis 3 verres de vin à table, c'était bien parti pour le 4x4....

Et bien : RIEN....aucune envie de poursuivre la petite, une fois le dîner terminé...Je me suis donc arrêté là, encore tout chamboulé de ce "miracle"...

Et ce matin, je me dis, que le 4x4 c'est sans doute fini, que je pourrais boire en toute modération avec des amis, sans retomber immédiatement dans le 4x4, voire parfois le 4x4x4... ;-(
Bon courage à toutes et à tous...

ore - 20/01/2017 à 11h50

bonjour je suis une alcoolique compulsive. depuis 2010 plusieurs rechutes... j'ai essayé bcp de médicaments qui n'ont pas fonctionnés et certains qui me donnaient encore plus envie de boire comme le seresta. cela fait 3 jours que je prends selincro le soir à 21h, au début vertiges, nausées, palpitations insomnies, fatigue etc... Aujourd'hui je suis toujours très fatiguée je dors mieux même si je me réveille encore la nuit... je passe mes journées dans le canapé je n'arrive à rien aucune motivation, pas d'appétit et surtout toujours envie de dormir. J'hésite à arrêter le médicament car je suis vraiment vaseuse en permanence. Je prend en parallèle du diazepam le soir.

est ce que le selincro pour vous au début a eu les mêmes effets ? faut il attendre pour que la fatigue disparaisse et que l'appétit revienne? Je ne bois plus depuis dimanche (nous sommes vendredi) j'ai pourtant l'impression que le selincro me fait plus de mal qu'autre chose car j'ai l'impression qu'à chaque prise du médicament le lendemain me remet en phase de lendemain de "cuite". merci d'avance pour votre aide.

stecile - 20/01/2017 à 19h09

Bonjour,

Comme déjà dit je n'ai pas eu d'effet indésirable.

Peut-être devrais tu en parler à ton médecin, voir si c'est pas aussi l'association avec le diazepam.

En tous cas ça vaut peut être le coup de s'accrocher, moi ça fait maintenant 7 mois, je n'ai pas d'envie d'alcool (je buvais l'équivalent d 1/2 à 1 bouteille de whisky par jour, dès le matin et depuis des années et des années ...

Bonne chance

cj61 - 01/03/2017 à 13h34

je vais entamer ce traitement à compter d'aujourd'hui, associé à du seresta pour l'anxiété et du zolpidem pour trouver le sommeil...

Mikas - 17/03/2017 à 15h49

Bonjour moi aussi j'ai entamé le traitement hier mais sans rien à côté affaire à suivre

stecile - 17/03/2017 à 21h08

J'espère que tu prends quand même des vitamines B1-B6, c'est fortement conseillé lors d'un sevrage.

Mikas - 20/03/2017 à 09h57

Bonjour ok je ne savais pas je vais veiller à en prendre merci pour le conseil sinon comment ça se passe pour toi ?

Mikas - 20/03/2017 à 10h01

Le Selincro ca casse quand même il faut combien de temps pour que les effets secondaires disparaissent?

stecile - 20/03/2017 à 11h21

Les vitamines c'est important, c'est pour éviter les risques de Delirium Tremens

Sinon moi je n'ai pas eu d'effets secondaires.

Mais accroches toi ça vaut le coup, la vie est belle sans l'alcool !

romina - 20/03/2017 à 11h58

Bonjour mon mari prend du selincro depuis un an .malheureusement aucun effet secondaire et aucune diminution de sa consommation d alcool.si quelqu un connait un autre traitement plus efficace je suis preneuse

Profil supprimé - 22/03/2017 à 22h31

Bonsoir,

Un alcoologue me l'a prescrit en début de semaine (selincro 18mg)

Allant bosser tous les matins, ce médecin m'a conseillé de le prendre en 1/2 le soir pendant 3 jours pour "tester" si ça ne me faisait pas trop d'effets secondaires avant de le prendre en entier régulièrement.

J'ai commencé hier soir. Verdict :

N'étant pas sécables (et pas conseillé de les couper selon la notice), j'ai pris mon premier entier hier soir. Je précise que je prends du valium aussi à côté & que je fumes un peu de cannabis le soir pour calmer mes envies incontrôlable de picoler (en tout cas hier & aujourd'hui). J'avais également bû quelques bières.

Je me suis sentis "A l'ouest" du coup couché peu de temps après. (Vertiges et visions principalement) Réveillé ce matin fatigué (malgré une bonne nuit) mais motivé à balle.

Prise du deuxième soir (ce soir) : Fourmis dans les doigts mais sans plus..... Hâte d'aller me coucher (sans l'envie de me soûler pour y arriver).

Du coup, je pense vraiment que ce médicament peut m'aider à arriver à mon but. (Mais, je comprends que pour d'autres, il peut être néfaste).

Mon test ultime : Passer le week-end sans être "minable" (à l'alcool) du Vendredi soir au Lundi matin.

J'ai confiance,.... je pense que cet "outil" me sera beaucoup plus utile que l'Esperal (BEURK!!)

Le tout est de trouver une béquille pour commencer l'éloignement de cette saloperie qu'est l'alcool.

Je partagerai mon expérience après le week-end.

Bon courage à tous.

stecile - 23/03/2017 à 12h06

@Romina

C'est pas évident si c'est toi qui cherche à ce qu'il arrête l'alcool et non lui même qui est dans cette démarche, le médicament, quel qu'il soit est une aide, aucun n'est "magique".

Ce n'est pas facile d'avoir la volonté d'arrêter mais il faut au minimum en avoir une réelle envie et la base je pense pour pouvoir se soigner est déjà de se reconnaître malade.

A t il envisagée une cure en milieu hospitalier, ça peut être un hôpital de jour, les médecins alcoologues sont les plus à même de trouver les aides médicamenteuses les mieux adaptées à chaque personne.

guillom - 23/03/2017 à 12h59

bonjour a vous! j'ai hélas fait la mauvaise expérience du selincro,dé la premier prise, (le soir) effet secondaire a tout vas, cauchemar et autre...et j'ai passer une mauvaise journée le lendemain,

du-coup, tout est parti a la poubelle!!!!!!!!!!!!

bien a vousguillaume

Dadoudou1375 - 25/03/2017 à 22h20

Bonsoir

je n ai pas supporté selincro. ...hallucinations. ..j etais très mal et déprimée aussi...

J ai arrêté et je suis passé sous revia.

1er comprimé pris aujourd'hui

Profil supprimé - 26/03/2017 à 17h59

Bonjour, Pour l'avoir testé, j'ai l'impression que je buvais encore plus avec car justement petites hallu etc (ancien polytox), après chaque médicament est différent pour la personne qui le prend, pour moi le baclofene marche pas mal mais faut trouver le bon dosage et pareil, ça me fait dormir et accentue mes douleurs osseuses.Bref je pense pas qu'y ai un médoc miracle, faut surtout trouver la cause et/ou un moyen de vivre autrement, après c'est que mon avis.

Cordialement,

Alonzo b - 28/03/2017 à 10h44

Pour moi le Selincro est très efficace, presque magique.

Dès que j'en ai pris, j'ai ressenti grosso modo une sensation de "gueule de bois" ce qui ne m'arrivait plus depuis longtemps avec l'alcool.

Et c'est justement l'absence de gueule de bois qui me permettait d'enchaîner jour après jour mon alcoolisation.

Donc avec cette gueule de bois artificielle, plus vraiment d'envie de boire, sans que ce soit non plus impossible, ça ne m'empêche pas de prendre un apéro avec des amis ou du vin à table, mais j'en reste à un stade "raisonnable".

Pour moi le selincro semble même agir pendant plusieurs jours, ce qui fait que je n'en prends que si je me sens "sensible".

Avec le Selincro j'ai le sentiment d'être redevenu normal, pas abstinent, mais normal.

Sylvain4685 - 01/04/2017 à 14h05

Bonjour, mon medecin me l a prescrit jeudi, a lire tt les post positif ben voila, j ai pris le premier hier vers 11hca m a fait le meme effet que la weed dans le fim la beuz pour ceux qui connaissent. J ai ete mal tt le reste de la journee, j ai rien manger, transpiration, bouffee de chaleur, tremblements comme jamais, bref, ce matin du mieux zero envie de boire, j ai mangé un peu a midi et j ai pris le second il y a une demi heure ... affaire a suivre...

ste12345 - 28/04/2017 à 23h48

Bonjour, je consommait régulièrement de l'alcool; 2 à 4 verres en soirée, voire plus avec mon ami (avec la gueule de bois du lendemain plusieurs fois/semaine), Passé le 3ème verre j'ai beaucoup de difficulté à m'arrêter. J'ai demander à mon médecin-psychologue de m'aider.

Je teste le selincro depuis 4 jours; Les effets secondaires les premiers jours ont été très difficiles; confusions, agacements, impatience, tristesse, perte d'appétit, agitée et sensation d'être bizarre.

Par contre, les effets secondaires commencent à s'estomper et j'ai très vite été dégoûté de l'alcool et aussi de la cigarette !! Au 2ème verre; bouche pateuse, l'alcool est insipide en bouche (donc pas d'envie de continuer), les effets "excitants" de l'alcool (qui donnent l'envie de boire encore d'autres verres) sont quasi-inexistants.

Passé le premier verre, l'envie de continuer à boire a disparu. Je trouve ce médicament très efficace et calme toute mes envies compulsives de sur-consommer.

De plus, ça m'a permis de quasiment arrêter de fumer!!! Même dégoût de la cigarette; PAS D'ENVIE.

Résultat; 2 en 1; même si les effets secondaires des premiers jours sont terribles, le bénéfice pour la santé et la sociabilité sont énormes.

J'espère juste vraiment que les effets secondaires vont vraiment disparaître ces prochains jours. Je teste ce médicament sur 1 mois, en espérant par la suite, contrôler la consommation d'alcool et arrêter vraiment la cigarette.

Est-ce que quelqu'un peut me dire si il a eu les mêmes effets secondaires et si ils ont disparu?
MERCI

Mikas - 02/05/2017 à 12h56

Bonjour à tous le Selincro ne m'allait pas du tout une horreur j'ai donc changé de traitement en accord avec mon addictologue je prends actuellement de l'aotal à raison de 3 fois 2 comprimés par jour (matin midi et soir) avec en plus du valium prescrit pour quelques jours et ce depuis quatre jours cela a l'air de bien fonctionner aucun effet secondaire Ni d'envie pour l'instant je suis en arrêt jusqu'au 12 mai pour l'imprégnation du traitement comme je le dis chacun réagit à son traitement en ce qui me concerne zéro alcool depuis 5 jours et aucune envie Ni de pulsions je croise les doigts... la forme revient peu à peu l'appétit également quand au moral doucement de jour en jour ... à voir sur le long terme ... bien à vous Cordialement !!!!je vous tiens au courant pour la suite

Nucci - 27/06/2017 à 07h58

Bonjour

J'ai pris mon premier comprimé de se l'incroyable hier en fin d'après midi comme c'est conseillé de le prendre 1 à 2h avant prise alcool. Au bout de 30 minutes la tête qui tourne, pleins de vertiges importante faiblesse musculaire et très nauséuse. Ça a duré toute la soirée (du coup, ça marche, aucune envie d'alcool, et même pas mangé).

Je n'ai pas dormis de la nuit, totale insomnie, et ce matin, toujours comme hier mais un petit peu moins...

J'ai appelé ma psy, elle m'à conseillé de sauter la prise d'aujourd'hui et de n'en prendre un que demain soir pendant le repas... J'espère que les effets indésirables vont s'estomper car j'ai déjà beaucoup à faire avec ma maladie (bipolarité diagnostiquée il y a peu)

En tout cas bravo pour ceux qui ont persévéré même avec les effets secondaires qui ont réussi!

malaw - 02/07/2017 à 19h03

Bonjour, premier post...

J'ai pris un comprimé hier midi et je n'ai pas osé renouveler auj.. je dors mal depuis deux ans, je bois etc.. donc le selincro devait m'aider, j'en attendais bcq..

Sauf que je deprime, j'ai le cerveau en bouillie et je dors tres profondement sans cuver mais beaucoup trop profondement et trop longtemps..et l'envie de boire est tjrs la meme si je ne peux pas a cause des nausees et du gout dans la bouche

Donc j'ai pas pris le deuxieme car je prefere boire et avoir une vraie gueule de bois

Je pense que pour prendre le traitement il faut que je sois en arret de travail, je ne voyais pas aller au travail dans cet etat..

Lafouine13 - 03/09/2017 à 10h42

Bonjour à tous,

Pour vous résumer la situation je suis un consommateur accompli (depuis 15 ans), je bois trois quatre fois dans la semaine uniquement le soir.

Lorsque je commence à boire, une fois le troisième verre pris j'ai beaucoup de mal à m'arrêter, j'ai allumé la mèche.

Je consomme principalement du whisky, un demi litre à chaque apéro, donc deux litres minimum par semaine.

J'ai décidé de me prendre en main, j'ai vu mon généraliste qui m'a prescrit du Selincro 18mg à prendre une fois par jour sur un mois ensuite je dois retourner le voir.

Concernant les effets secondaires au départ j'ai surtout ressenti des sensations de courbatures, bouche pâteuse et une certaine difficulté pour trouver le sommeil.

Rapidement les effets se sont atténués, depuis je dors relativement bien.

Je me suis fixé comme premier objectif un sevrage d'une durée de 30 jours.

Pour le moment je ne ressens pas trop de sensation de manques.

Bon courage à vous tous

Isabell - 15/01/2018 à 10h33

Bonjour. Pour ceux qui s'inquiètent des effets secondaires : mon médecin m'a dit que ceux ci dureraient une semaine. Sachant cela, il sera peut être plus facile pour ceux ayant souffert de ne pas arrêter le traitement tout de suite, sachant que ça s'arrête au bout d'une semaine ? Je commence le traitement, prescrit ce matin après un suivi en addictologie depuis 3 mois. Je croise les doigts. Bon courage et bonne continuation à tous.

Christal - 05/02/2018 à 07h39

Bonjour,

6 ème jour avec Selincro. Les effets indésirables s'estompent doucement. 2 bonnes nuits sur 5, des fourmillements dans les bras cette nuit surtout. J'ai encore quelques nausées. Je fume peu et surtout pas envie d'alcool.

Je pense aussi qu'il faut tenir bon car j'appréhendais la prise du 2ème comprimé. Je n'ai plus eu de crampe cette nuit là.

La fatigue est là mais je pense à la forme que je vais retrouver, les amis...

Lili5983 - 08/02/2018 à 02h39

Je suis rentrée dans l'engrenage de l'alcool en 1998, suite à des problèmes de couple. J'ai augmenté ma consommation en 2000, suite à mon divorce. Au début, c'était du rosé, du vin pétillant, etc... Bref, de l'alcool léger. Travaillant du matin au soir, je ne buvais que le soir 1 à 2 verres et le week-end, plus. Avec les années, ma consommation augmentait, je suis passée à 2 à 3 verres, la semaine et à beaucoup plus le week-end. Et le degré d'alcool aussi augmentait. Je suis passée au whisky mais comme j'aimais de moins en moins, je suis passée au gin.

En avril 2014, j'ai fait un burn out. En arrêt de travail de longue durée, ma consommation d'alcool n'avait plus de limite. J'étais arrivée à une bouteille de gin par jour voir même une et demi.

En mai 2015, suite à une prise de sang, mon médecin m'a appelé, affolée. Mes gamma GT étaient à plus de 270. Là, il y avait urgence. Mon médecin m'a demandé si je désirais arrêter. Bien sûr que je le désire mais le problème est que je n'ai aucune volonté et les thérapies en clinique ne fonctionnent pas, j'en ai fait une et j'ai repris au bout de 6 mois. Elle n'avait pas dit son dernier mot. Avec le Selincro, pas besoin de volonté, m'a-t-elle dit. Alors, ok, c'est ça ou mourir de toute façon.

Je le prenais tous les matins en déjeunant, 1h30 à 2h avant ma 1ère consommation d'alcool. J'avoue que les premières semaines ont été pénibles : nausées, dégoût, écoeurément au moindre verre d'alcool. Je ne parle pas de la fatigue, des insomnies car je ne saurais dire si le Selincro en était la cause vu que je prenais un antidépresseur, également. Ces symptômes m'ont suivie tout le long de mon traitement mais de plus en plus atténués, il faut dire que je buvais de moins en moins, aussi. En même temps, ça me paraissait normal d'être écoeurée vu que le but était de l'être, finalement. Malgré tout et suite aux conseils de mon médecin, je continuais ma consommation normalement, par rapport à mon envie, mon besoin. Je notais le nombre de verre au jour le jour. J'avais un suivi médical tous les 15 jours et tous les 15 jours, c'était avec fierté que j'allais voir mon médecin. Ma consommation baissait de façon évidente, sans même faire d'effort, sans aucune volonté. Ça se faisait naturellement. Au bout de 6 mois, j'avais des journées où je ne buvais même pas, j'y pensais de moins en moins.

Et en février 2017, j'ai décidé d'arrêter mon traitement par moi-même. Je ne buvais plus toute seule chez moi et très peu en société et cela depuis plusieurs mois déjà. J'ai voulu tenter, tout en ayant du Selincro à portée de main, au cas où.

Aujourd'hui, cela fait 1 an que j'ai arrêté mon traitement et les 18 ans d'alcoolisme ne sont plus qu'un mauvais souvenir. Je ne suis pas totalement abstinente et c'est ce que je voulais. Je bois 2, très rarement 3

apéros légers lors d'un repas de famille ou entre amis, en général du vin blanc, mais c'est tout et c'est rare. Je n'ai pas envie de plus. Et plus envie chez moi, toute seule ou en rentrant de ces fameux repas comme je le faisais auparavant où je finissais ce que j'avais commencé : me mettre la tête à l'envers et ne plus penser. Mon médecin, compréhensive, professionnelle et sans jamais me juger et le Selincro m'ont sauvé la vie !!! Alors, aujourd'hui, je suis heureuse et fière de vous raconter mon expérience et je sais que les traitements n'ont pas les mêmes effets sur chacun d'entre nous. Mais, surtout, ne baissez pas les bras et prenez votre mal en patience, quitte à vous mettre en arrêt de travail, si besoin est. Ca vaut la peine de souffrir un peu pour une vie bien plus savoureuse sans alcool, après.

Bon courage à toutes et à tous.

Sharpy49 - 04/05/2018 à 12h06

Bonjour actuellement je suis en cure je sort lundi et j'ai vu le médecin ce matin j'ai demandé une prescription de selincro je vous tiendrai au courant car le baclofene n'a pas fonctionné pour moi mais je n'avais pas eu d'effet indésirables j'espère que le selincro fonctionnera car je rêve d'une consommation "normale"

Malu - 06/05/2018 à 09h56

Bonjour

Lili5983, ton témoignage fait plaisir à lire.

Je suis sous Selincro depuis 7 jours. J'ai bon espoir. Je l'ai assez bien supporté par rapport aux témoignages piochés ici ou là.

Hier, par curiosité, je me suis servie un petit whisky et après 2 gorgées, il a fini dans l'évier. Ce geste est important pour moi.

J'espère que la fatigue et le mal de crâne (Beaucoup plus léger à présent) vont s'estomper et que je vais reprendre des forces et dormir un peu.

Sharpy49, dis nous comment ça se passe pour toi...

À bientôt

Sharpy49 - 07/05/2018 à 10h56

2 jours que j'ai commencé le sélincro aucun effet indésirables pour le moment je viens juste de sortir de cure donc j'ai pas atterri encore et je ne vais pas me risquer à un verre pour le moment déjà que j'ai envie de fumer un joint le souci c qu'après c dès le matin pour remplacer l'alcool

cj61 - 07/05/2018 à 23h29

le plus dur Sharpy49, c'est de tenir dans la durée... j'ai essayé l'abstinence totale, et ce fut une catastrophe le jour où j'ai craqué... j'ai eu le déclic il y a deux ans, j'ai rencontré une addictologue avec qui j'ai bien accroché, et une bonne thérapeute associée à la bonne molécule...je consomme toujours de l'alcool et du cannabis, mais les proportions n'ont plus rien à voir, je ne prends plus de seincro depuis 6 mois, au début je prenais même les cachets deux par deux... je me sens même prêt à descendre ma consommation d'lacool en la limitant au week-end. une première depuis trente ans !

Sharpy49 - 08/05/2018 à 07h09

Hier j'ai pris un bout de cannabis ça été direct pétard sur pétard j'ai fait un concombre à la crème j'avais trop de mal a le couper et ce matin il est 7h 3/4 d'heure que je suis debout et déjà mon 1er pétard bref hier j'ai bu 2

bières sans alcool mais j'ai pris sur moi pour pas en reprendre et la Heineken 0 c dégueu voilà pour les news
3ème jour de selincro affaires a suivre

noemie93 - 21/05/2018 à 12h43

Bonjour,

Je prends du selincro depuis vendredi. J'ai attendu un long WE pour commencer, heureusement car les effets secondaires (fatigue, maux de tête, sorte d'hallucination la nuit) sont un peu hard ! C'est un peu le bazar dans ma tête et dans mon quotidien. A la fois, sur la consommation du soir, j'ai vu hier un progrès énorme : consommation divisée par deux (j'avais réussi à ne pas boire dans la journée).

Par contre dans la journée (qui est un problème quand je ne travaille pas), c'est encore pire que d'habitude. Envie compulsive de boire et crises de panique. Et juste envie de m'échapper dans le sommeil. Je me sens donc très coupable vis-à-vis de mon entourage. Autant de choses qui vont avec l'addiction, je sais bien.

Pour dire quand même que j'ai donc débarqué sur ce forum et que ça fait du bien. Merci à lili5983 car je me reconnais dans ton témoignage. Sharpy49 vraiment courage, il faut pas lâcher. Je réagis juste aux derniers messages.

Sur le fait d'arrêter de travailler : ma psy pense que je suis en burn out, mon médecin traitant m'avait déjà alerté il y a quelques semaines. Mais si je m'arrête de bosser, j'ai l'impression que ce sera la dégringolade : encore plus d'alcool.

Bref, la décision d'arrêter de boire provoque aussi sur le moment une espèce de raz-de-marée. Je ne sais pas si vous l'avez vécu comme ça?

bon courage à toutes et tous

Lili5983 - 22/05/2018 à 15h57

Bonjour Noémie et tout le monde.

Avec le selincro, ta consommation va baisser automatiquement : moins d'envie et surtout moins de besoin mais il faut laisser le temps au temps. Au début, il ne faut pas te frustrer en te forçant à baisser ta consommation, continue... selon ton envie et tes besoins. Et tu verras que jours après jours, ça va se faire tout seul. En tout cas, c'est ce qui m'est arrivé. Bon, il m'a fallu plusieurs mois avant d'arriver à des jours sans alcool mais ça vaut le coup parce qu'aujourd'hui, ce sont des mois sans alcool. Hier, pour mon anniversaire, j'ai acheté une bouteille de champagne et pas une 70 cl mais une 37,5 cl parce nous n'étions que 2 à en boire. Je m'étais fait avoir il y a 3 semaines avec une grande bouteille pour fêter la grossesse de ma fille et il n'y avait que mon gendre et moi qui en avons bu. Il m'a fallu une semaine pour la finir, pour ne pas le jeter : c'est du champagne quand même. Alors, hier, comme il n'y avait que mon beau-fils et moi, ma fille ne pouvant plus boire d'alcool, j'ai prévu... Un verre m'a largement suffit. Et là, je suis repartie pour une non-consommation jusqu'à la prochaine occasion. En ce qui concerne les effets indésirables, je ne les ai pas trouvés si terribles que ça, comparés aux effets secondaires de l'alcool à gogo et la tête à l'envers toute la sainte journée. Mais, encore une fois, c'est moi et je suppose que les effets secondaires sont plus ou moins bien perçus d'une personne à l'autre. Tout ce que je peux dire, c'est que selincro a changé ma vie. Et je persiste à dire que je ne me suis jamais forcée à baisser ma consommation, jamais. Elle a baissé naturellement toute seule sans aucune volonté de ma part.

J'ai même repris le sport, il y a 3 semaines parce que maintenant, je peux me présenter le soir au cours, fraîche et dispo, contrairement à avant où je m'enfermais pour boire parce que je n'étais plus présentable. Courage et tenez le coup parce que ça en vaut la peine.

Si vous avez des questions à me poser, n'hésitez pas, je suis disponible pour vous répondre et vous aider si vous le voulez.

A bientôt.

Lili5983 - 22/05/2018 à 17h51

J'avais répondu à Sharpy mais, je constate, malheureusement, que mon commentaire n'a pas été publié : j'ai sûrement été trop longue à écrire.

En gros, ce que je lui disais est qu'il ne faut pas s'abstenir de boire avec le selincro. C'est ce que mon médecin m'avait conseillée à l'époque et elle avait raison vu le résultat. Il faut respecter son corps et son besoin. Alors, c'est très ambiguë ce que je dis, sachant que nous ne le respectons pas en buvant puisque nous le détruisons mais, il faut savoir qu'avec le temps, l'alcool a rendu notre corps dépendant et il faut accepter cela et le respecter, malheureusement. Maintenant, le selincro, ingurgité tous les jours, pendant plusieurs mois, agit contre cette dépendance en aidant notre corps à rejeter et non plus réclamer l'alcool, et ceci, petit à petit, sans volonté de notre part, en nous « écoeurant » tout simplement jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de besoin. Et même si au début, vous buvez encore une bouteille de « whisky » ou autre, n'ayez pas mauvaise conscience, et soyez patients. Arrivera le jour où, sans vous en apercevoir, cela ne sera plus qu'un mauvais souvenir.

Alors, je ne sais pas si mon conseil est bon pour tout le monde et peut-être même qu'un médecin sauterait au plafond s'il me lisait mais, c'est bel et bien ce qui m'est arrivé.

Ensuite, entre l'envie et le besoin, il y a une frontière : autant l'envie se passe dans la tête, autant le besoin se trouve dans le corps. On peut se passer d'une envie, on ne peut pas se passer d'un besoin.

Ce que je veux dire, c'est qu'en ce qui me concerne et je le dis sincèrement, l'envie est encore et toujours là après 1 an et demi de guérison, mais plus le besoin.

Souvent, cela m'arrive devant la télé quand je vois les gens faire la fête en buvant un verre, ne serait-ce que « scène de ménage » sur la 6 à 20h30 où il ne se passe pas un épisode sans les voir boire l'apéro ou festoyer sur la terrasse, etc... (c'est terrible la télé pour ça). Et là, je me dis « tient, je prendrais bien un verre, moi aussi ». Mais, je ne le fais pas. Pourquoi ? Je ne sais pas ou plutôt si, je sais : il n'y a plus l'appel du corps, le besoin et j'oublie tout simplement que j'ai eu envie. Comme on dit, dans la vie, on ne fait pas toujours ce qu'on a envie, heureusement. Et ça me passe aussi rapidement que c'était venu, sans être allée plus loin que la pensée. Les jours défilent avec, parfois, cette envie, pas tous les jours quand même et je ne ressens plus aucun besoin. Il a complètement disparu.

Et ça, c'est grâce au selincro qui m'a désintoxiqué en douceur, en respectant mon corps, sans agressivité (à part les effets secondaires mais avouez que l'alcool nous fait du bien aux premiers verres et devient dévastateur après... : déprime, enfermement, insociabilité, nausées, vomissements, insomnies, divagations, agressivité, etc, etc... , alors, c'est quoi quelques désagréments de plus pour obtenir une vie meilleure après). Bref, mon médecin m'a toujours dit que j'étais une très bonne patiente mais moi je dis que c'est le produit qui est bon. Et, encore aujourd'hui, je n'en reviens toujours pas d'y être arrivé. Plus de 16 ans d'alcoolisme disparus, envolés, oubliés. Et que la vie est belle, enfin !!!!

noemie93 - 23/05/2018 à 09h11

Merci Lili d'avoir pris le temps de ces réponses complètes, vraiment éclairantes et qui font du bien.

Je suis au tout début du Sélincro, seulement 6 jours mais j'ai vraiment l'intention de m'accrocher. Jusqu'à maintenant, je vivais avec mon addiction. Je me disais tous les matins : "il faudrait que tu arrêtes. Allez ce soir!" Bref...c'était assez "doux".

Aujourd'hui j'ai décidé de me bagarrer contre mon addiction et ça me file des crises d'angoisse monumentales à l'idée de ne pas boire. Mon addictologue m'a fait pointer l'idée que c'est parce qu'en fait arrêter de boire va m'obliger à redéfinir mes relations avec mon entourage.

Ton message est rassurant. Je vais certes continuer à boire dans les jours qui arrivent. Mais je vais pouvoir m'apaiser et passer à autre chose.

Et que la vie soit belle, enfin!!!

noemie93 - 25/05/2018 à 10h46

8 jours de selincro et j'ai enfin compris ce que voulaient dire Lili et d'autres témoignages : juste 3 verres hier soir, et encore j'ai été écoeurée par le 3ème.

C'est effectivement magique même si l'essentiel du travail ne passe pas par là.
Bonne continuation et Bon courage.

Lili5983 - 25/05/2018 à 18h14

Je suis contente que cela se passe bien pour toi et très rapidement en plus, bravo ! Tu verras, ce sera de mieux en mieux jusqu'au jour où tu n'en auras plus besoin du tout et tout ça, en douceur.

Tu as, effectivement, trouvé le bon terme : MAGIQUE ! Et ce qui est encore plus magique est que ça dure dans le temps même sans selincro mais il ne faut pas l'arrêter trop vite, surtout et attendre que tout cela se stabilise : sans besoin d'alcool plusieurs jours, voir plusieurs semaines, une assurance en soi et avec un stock sous le main, au cas où... Cela ne m'est pas arrivé d'en reprendre mais ça rassure si jamais le moindre besoin se faisait ressentir. Je ne parle pas d'envie parce que ça, tu en auras encore mais ce sera éphémère et si, éventuellement, tu vas au bout de ton envie, n'ai pas peur, tu verras qu'après un verre ou 2, tu seras satisfaite sans aller plus loin et même écoeurée à la limite, comme avant avec le selincro. A croire que ton corps n'a pas oublié.

Et même l'envie va disparaître petit à petit.

Quand je parle de besoin, c'est vraiment l'appel du corps où on n'arrive plus à résonner et où on craque sans limite dans l'alcool. Mais ça, je n'ai jamais connu, même au bout de plus d'un an d'arrêt du selincro. Mon psy me dit que cette continuité sans besoin d'alcool même en traversant des périodes très pénibles, c'est l'effet de ma volonté. Pourtant, je n'en ai vraiment pas. Ce que je pense plutôt, c'est que notre corps a enregistré, gravé cette période "selincro" et qu'après un verre ou 2, il nous dit "stop, j'en veux plus".

Bonne continuation à toi.

Sharpy49 - 26/05/2018 à 06h47

Bonjour a tous ! 3ème semaine de selincro je consomme toujours autant mais j'ai tout de même moins de symptômes de manque... Le matin je bois une ou deux bières avant d'aller bosser mais je pense que c'est psychologique encore ce matin j'ai bu 2 café et la j'ai ma bière car je tremblait et était anxieux... Semaine prochaine j'ai rdv avec la psychologue histoire de creuser c'est bon les cures g ma dose et ma mère se rend malade en voyant ma consommation

noemie93 - 27/05/2018 à 14h08

Bonjour,

Sharpy, ne lâche pas ! Le contenu de ton message est déjà tellement différent et plus positif que ce que tu écrivais il y a quelques jours. La preuve que tu sens qu'il y a des choses qui se passent.

Je n'ai que 9 jours de selincro. Les crises de paniques se calment, et les tremblements sont moins forts. Mais j'ai l'impression de consommer autant finalement. Sauf 1 soir qui a été magique. Mon compagnon trouve que je consomme moins mais c'est au prix de me shooter en prime aux antidépresseurs, anxiolytiques et somnifères.

Comme tu dis, il y a aussi des moments de consommation pour se rassurer car tu étais anxieux. Quand au psy, c'est essentiel, d'être suivi si tu peux. ça permet d'avoir toutes les semaines quelqu'un avec qui faire le point. En ce moment je vois l'addictologue et la psy toutes les semaines. Vraiment besoin de faire le point Je comprends que ta mère soit inquiète en voyant ta consommation. Et ce n'est pas facile de vivre sous le regard de son entourage. Ma mère est venue pour me soutenir et même si sa présence me soutient, boire sous son regard me pèse.

Je reprends le boulot demain après 4 jours d'arrêt. On verra !

Plein de courage !

Lili5983 - 28/05/2018 à 14h28

Bonjour Sharpy et Noémie,

Là, vous parlez de 3 semaines et de 9 jours de traitement. Moi, il m'a fallu plusieurs mois pour réussir à ne pas consommer pendant plusieurs jours sans aucun symptôme de manque. Et encore d'autres mois pour réussir à ne plus consommer du tout, en tout plus d'un an de traitement. Mais, je me disais que si je devais le prendre à vie, je l'aurais fait parce que je voyais bien la différence, jours après jours. Je sentais bien le dégoût en moi quand je buvais et j'y croyais... à ma guérison. "On n'a pas construit Rome en un jour" et "il faut laisser le temps au temps".

C'est une addiction très destructrice et qui est difficile à se débarrasser, autant physiquement que psychologiquement. Il ne faut pas vous étonner de votre consommation d'aujourd'hui qui est plus ou moins la même qu'hier, c'est normal ! D'ailleurs Noémie, je te l'avais dit que cela avait été très rapide et je t'en ai félicité d'ailleurs mais "chassez le naturel, il revient au galop" comme on dit et je savais que cela n'aurait pas duré, c'était trop rapide pour être vrai, cela ne venait pas du Selincro mais de ta volonté, inconsciemment. Ceci dit, ne pensez pas "je suis sous traitement donc je ne dois plus avoir envie de boire", non ! Pensez "je suis sous traitement et j'attends patiemment qu'il agisse". Et ça viendra, comme je le dis depuis mes premières interventions, tout doucement, sans vous en apercevoir, et sans volonté, naturellement. Ne vous battez pas contre vos démons et laissez faire le traitement, c'est lui qui se bat pour vous.

Surtout, surtout, n'arrêtez pas le Selincro, prenez le bien tous les jours, 1 heure ou 2 avant votre tout premier verre. Et vous verrez que cette heure ou 2 deviendra 2 heures ou 3, puis 3 heures ou 4, etc... jusqu'au jour où vous ne ressentirez plus le besoin de boire. Mais, ce ne sera pas demain mais ça vaut le coup d'être patient. Bon courage à vous 2 et bonne continuation.

noemie93 - 01/06/2018 à 19h49

Bonjour,

Merci de ta réponse Lili. Du coup je prends les choses avec plus de sérénité. Même si avec la décision d'arrêter j'ai une conscience plus aigüe de ma consommation.

Le moral est au plus bas. et l'épuisement total.

J'ai été dans la démarche d'en parler autour de moi. Le pire est le tabou autour de la dépendance à l'alcool, en particulier pour les femmes. Mais du coup on se retrouve avec des réactions difficiles. Des personnes qui se mettent à distance. Je m'imagine que je ne suis pas la seule à avoir vécu ce genre de réaction. C'est perturbant, pour ne pas dire plus.

A+

Noemie

Sharpy49 - 04/06/2018 à 09h50

Bonjour et merci effectivement ça donne à réfléchir différemment mais pour ma part dur de travailler car je suis poly addict alcool cannabis... J'ai rdv le 12 avec l'addictologue

noemie93 - 04/06/2018 à 11h56

Bonjour,

Je confirme, c'est très dur de travailler en même temps ! Si ça peut te rassurer Sharpy, je suis en arrêt de travail jusqu'à mercredi et ce depuis vendredi. Il faut que je reprenne jeudi car quand on est arrêté on tourne en rond, et qu'est-ce qu'on fait dans ces cas là? On picole.

En plus les conséquences de la poly addiction doivent rendre difficile le fait même de bosser...

Je te souhaite bon courage. Tiens nous courant pour ton RDV le 12 et tiens bon jusque là.

A+

cj61 - 05/06/2018 à 07h57

Sharpy, sans indiscretion, tu essaies de freiner et l'alcool et le cannabis ?

J'ai, enfin jusqu'à il y a peu, j'avais toujours associé les deux, mais stopper le canna et l'alcool en même temps, c'était mission impossible...

Sharpy49 - 05/06/2018 à 15h25

Bonjour de toute façon c'est en association 1 bière 1 pétard j'ai l'impression de consommer un peu moins mais c'est tout et la nuit je sue comme c'est pas permis mes draps sont trempés le matin

noemie93 - 29/06/2018 à 19h07

Salut,

Sharpy tu avais rdv avec l'addictologue le 12 juin. Comment ça s'est passé? Et depuis ?

Moi j'ai l'impression que je ne réagis pas au selincro. Après une espèce de "lune de miel" maintenant je bois comme avant. Certes ma situation perso n'est pas géniale et je gère le stress avec l'alcool. Je me retrouve en manque de tabac alors que ça fait deux ans que j'ai arrêté et en plus je rêve de fumer un joint. Bref, je suis juste capable de me jeter sur n'importe quelle substance qui me fera oublier. Donc je bois...Avec quand même des effets secondaires plus importants.

Merci de vos réponses

cestquoi - 29/07/2018 à 22h51

Bonjour, Bonsoir à tous (selon l'heure) !

Je vois que le fil c'est perdu depuis Juin...

Voilà, je vais pas me présenter, car je ne suis pas là pour me créer un cercle d'amis, même si je suis sûr que de bonnes âmes sont présentes ici !

Je viens vous donner mon avis sur mon expérience sur mon début de consommation du Selincro (c'est bien le fil? non?).

Donc, première prise du produit hier soir au repas, après ma conso d'alcool, vu que je démarre à 18H-19H. J'en suis à une conso hebdo de 3-6 Canettes de Bavaria (pas de pub?) 8,6 % d'alcool. Pas d'effets secondaires, fatigue? pas sur, vu que je suis décalé dans mes horaires actuellement, sinon rien de bien nouveau pour moi.

Aujourd'hui, 2^{ème} jour du cacheton (à la votre messieurs, dames), même pas envi de finir ma 3^{ème} Bière, j'analyse le truc. Fatigue d'hier? je sais pas... alors je test mon spécial pour finir mes soirées habituelles de manque d'alcool (bières), je vais me prendre une bouteille de rosée pour le finish, et là plus de goût... pas spécialement envi de boire, mais pas envi de gâcher non plus. Bref je sais pas quoi en dire pour l'instant. peut être un renouveau pour moi, mais pas d'effets secondaires en tout cas ! je vous souhaite pas bon courage(on se connaît pas) mais, si ma petite contribution peut vous apporter un positif, alors là je suis preneur et je vous embrasse..... (ouch j'ai glissé).

Amicalement Fred

oliv1968 - 25/09/2018 à 13h16

Bonjour,

J'ai commencé à picoler au lycée puis à la fac et ai continué jusque vers 30-35 ans selon le même mode: deux bonnes cuites le weekend avec mes copains / copines. Rien entre les deux weekends. Quelques fêtes pendant le vacances et beaucoup de sport.

Ça s'est gâté vers 35 ans: repas d'affaires + apéro le soir avec mes collègues + WE de fêtes. Mais pas de prise d'alcool chez moi. Puis vers 40 ans sont arrivées les bouteilles de vin au dîner chez moi. Maintenant (50 ans) j'en suis à 2 bouteilles de vin minimum à partir de 17h en semaine et 3 à 4 le WE.

J'ai consulté il y a 3 ans sans succès. Pas de médicaments pris. Baisse régulière qui n'a tenu qu'un trimestre.

J'ai à nouveau consulté la semaine dernière et ai pris un Selincro hier vers 15h30. Ça semble marcher! J'ai bu 3 verres quand j'en aurais pris une dizaine sans sourciller. Pas de manque, presque du désintérêt malgré une très bonne bouteille de vin rouge achetée pour l'occasion.

Je me suis senti par contre presque un peu stone (je ne prends aucune drogue), désorienté, pâteux etc. J'ai réussi à lire 40 pages d'affilé d'un bon livre en me couchant (je ne me souviens pas de la dernière fois que cela m'est arrivé).

En revanche la nuit a été terrible: insomnie de haute volée, sueur, hallucination sonore (cela existe), goût terrible dans la bouche, impossible d'orienter mes sentiments ou pensées dans un sens exacte etc.

L'expérience m'a vraiment secoué. A part la fatigue de ce matin, tout semble être rentré dans l'ordre et bosse plutôt bien...

Je vais reprendre à 15h30 un cachet en espérant que les effets secondaires s'estompent.

Merci aux messages chaleureux de soutien et aux autres qui me rappellent qu'il y a beaucoup beaucoup beaucoup de boulot!

syade - 23/11/2018 à 20h12

bonsoir

le fil s'est perdue depuis 2 mois j'espere obtenir une réponse.

comment sont vos suites a tout ceux qui ont posté leurs débuts?

Je voulait savoir si le SELINCRO pourrait m'aider car je ne bois plus régulièrement mais en tres grosses quantité de temps en temps(abstinence totale pendant des fois 6 mois)et boum je me reveille avec 1,2 ou 3 bouteilles vide d'alcool fort(sans avoir le souvenir d'en avoir acheté)

je vais retourné voir le medecin pour lui en parler,et je voulais savoir si quelqu'un avait eu la meme experience.

merci

Helenuche - 05/12/2018 à 13h50

Bonjour , ça fait 10 jours que je ne bois pas, après 20 ans de beuverie, et les 10 dernières année à m'enfiler une voir deux bouteilles de vin tous les deux jours le soir, ainsi que les bières à l apero et le verre le midi avec les collegues.. Un cocktail sympathique qui a commencer à vraiment prendre le dessus sur ma santé et mon physique. Cela fait longtemps que je sais que je vais droit dans le mur et que surtout ça va être très dur d'arrêter. La dépendance est bien la. De plus je ne sais pas m'arrêter, un verre appel la cuite, donc la seule solution pour c'est l'abstinence.

Donc il y a 10 jours j'ai décidé d'arrêter. Le médecin m'a prescrit selincro, et franchement super top !! Déjà ça

me calme.. Et oui j'y pense pas !! C'est fou !! J'ai même pas envie de boire !! Et ça calme mes tremblements... Je vais aller voir quelqu'un pour m'aider car je sais que le parcours est long mais je suis décidée.

Toto45 - 11/12/2018 à 14h23

Bonjour à tous,

Cela fait un mois que je suis sous traitement (traitement coupé car j'ai eu un traitement à la codéine suite à une dent arrachée) et franchement je ne suis pas très satisfait des résultats. J'ai toujours du mal à me passer de boire (la volonté y joue aussi et en ce moment c'est pas ça) même si je suis resté abstiné 7 jours au début du traitement. Le gros point positif c'est que par contre l'alcool me dégoûte au bout d'un moment, jusqu'à me faire vomir... Les effets indésirables n'ont pas été très violents chez moi :

- Perte d'appétit
- Sommeil très mauvais (l'alcool est pour moi un très bon somnifère j'ai toujours eu du mal à m'endormir) et coupé.
- Tête dans le pâté.

Ces symptômes ont duré chez moi 2 ou 3 jours pas plus. Mais aujourd'hui je ne regrette vraiment rien car, même si l'effet auquel je m'attendais n'est pas là, ma conso a tout de même diminuée et je m'approche de plus en plus de l'abstinence (avec ou sans Baclo...??).

Bon courage à tous pour la suite.

Toto

patricem - 12/12/2018 à 15h05

Bonjour,

le Selincro est un outil qui est, chez certains, très efficaces. Chez d'autres, un produit complémentaire, comme le Baclofène, peut aider. Et je suis loin de connaître toute la pharmacopée disponible...

Ces produits, qui à la base n'étaient pas prévus pour gérer l'alcoolisme, ont un effet intéressant sur la diminution du besoin. Les effets secondaires existent, mais à titre perso, je n'en ai pas eu. Par contre, ils n'amènent pas à l'abstinence, mais à la réduction de l'envie, pourvu l'organisme y réagisse.

L'abstinence est une autre chose, à fixer avec son addictologue et son gastroentérologue. Le premier pourra vous donner un feu vert pour une conso très modérée. Le deuxième, en fonction de vos examens, pourra mettre un stop à toute conso vu l'état de santé du foie.

N'hésitez pas à consulter les deux.

En attendant, je suis heureux pour vous

Patrice

PS : les tremblements, normalement, c'est un effet du sevrage alcoolique, cela devrait disparaître rapidement... Pour avoir malheureusement tester, c'est aussi un effet du sevrage à la codéine, lorsqu'elle a été prise longtemps à forte dose. C'est un autre sujet...

Sodidax - 01/01/2019 à 14h02

20 min de prise, premiers effets, sensation bizarre dans les mains comme engourdi mais rien de plus à si le cerveau en mode pause comme après avoir bu

Diane7575 - 06/01/2019 à 13h04

Bonjour à tous,
Sous selincro depuis hier
Je sais que le retour est encore prématuré
Mais j'ai lu plein de choses effrayantes et j'ai mis une semaine avant de prendre le premier comprimé, tant j'appréhendais
Mais c'est une molécule qui fonctionne et qui, certes, a des effets secondaires comme avoir la tête dans le brouillard
Mais aucune envie... ni cigarette ni alcool... sachant que je fumé un paquet par jour et bois presque 2 bouteilles de vin blanc presque chaque jour...
bonne chance a nous tous

Diane7575 - 07/01/2019 à 06h42

Bonjour à tous,
J'Ai pris mon premier comprimé vendredi soir et mon deuxième, samedi
Autant vous dire que l'effet du selincro a été radical... très vite écœurée (je bois une bouteille de vin toute seule/jour)... depuis samedi, je suis dans le gaz... je vomis énormément, tête dans le brouillard et fatiguée comme pas possible
Toujours est-il que pas un verre et pas une cigarette depuis
Les effets semblent s'estomper et rien que l'idée d'un verre ou d'une cigarette me retourne encore plus l'estomac
Voilà pour moi
Je vous souhaite bonne chance

guitob24 - 29/01/2019 à 09h39

Bonjour à tous je suis nouveau sur ce site et sur le forum j'ai pris mon premier cachet hier et pour le moment appart des courbatures je n'ai pas d'effets secondaire je suis boulanger donc je prend le selincro lorsque je débauche vers 12h la ou mon envie de boire est présente, je bois tous les 3-4 jours environ une demi bouteille de whisky et j'en ai marre d'être alcoolique !!! j'espère que le selincro va m'aider dans ma volonté a arrêté cette merde qu'est l'alcool
et je me suis inscrit sur ce forum pour pouvoir parler de mes pbs d'alcool avec vous tous je l'espère
merci à vous bonne journée

louloubee - 20/03/2019 à 17h10

Bonjour,

Pour ma part j'ai pris mon premier comprimé.

C'est mon psychiatre qui me suit depuis des années qui me l'a prescrit. J'ai remonté la pente avec son aide sur de nombreux points, il m'a vu évoluer positivement au fil des années. En revanche, ce qui n'a jamais changé c'est ma consommation d'alcool addictive qui risque de me faire perdre tous les bénéfices de mes efforts de ces dernières années. Pire, qui m'expose à la mort car je suis motard. Et je suis papa d'une petite fille

handicapée (une des raisons qui m'ont poussé vers l'alcool).

J'ai pris ce premier comprimé dans une perspective d'abstinence. Je ne savais pas à quoi m'attendre et ça a été très dur. D'autant plus que ce jour là j'avais des déplacements professionnels à faire en moto. Grosso modo j'avais l'impression de tout faire au ralenti, comme si j'avais 40 de fièvre. Au ralenti physiquement et intellectuellement (je cherche mes mots), mais également moins rapide et moins précis en moto. Ca m'a vraiment fait flipper. Et puis je n'avais envie de rien, ni de manger, rien.....Aucune libido. Mais une chose est sûre: l'envie de boire était à des années lumières, aucune envie de ce truc bizarre. Donc efficace.

Donc aujourd'hui j'ai décidé de prendre mon deuxième comprimé au bureau aux alentours de 16h car c'est lorsque je pars du bureau que mon envie de boire est la plus forte. J'espère que les effets secondaires seront moins durs qu'hier. Il faut que puisse être disponible et réactif pour ma fille que je dois garder ce week-end.

Je vous tiens au courant.

Bon courage à vous

Figuier - 30/03/2019 à 19h42

Bonjour, j'ai pris mon premier comprimé de Selincro à midi et éprouve des sensations étranges, comme "sonnée". Est-ce que ces effets durent longtemps ? Merci !

lacenaire - 03/08/2019 à 22h43

Bonjour,

j'ai commencé à prendre du Selincro ce mercredi (nous sommes samedi soir).

En général je n'arrête jamais de boire avant d'être bien saoul, donc je prenais de l'antabuse pour me forcer à ne pas boire du tout.

J'ai voulu essayer autre chose.

Mercredi soir: première prise: j'ai bu deux verres puis plus envie.

Je me suis par réflexe dirigé vers un bar où j'aime prendre un verre avant d'aller dormir, mais vraiment pas envie.

Pas d'effets secondaires, juste pas d'envie de plus d'alcool, avec la détente apportée par deux verres.

Jeudi soir: prise de Selincro puis j'avais un anniversaire et en me forçant j'ai bu trois verres, puis plus envie.

Pas d'effets secondaires.

Vendredi soir:

J'ai acheté une bière après le bureau, puis pris un Selincro.

Racheté une demi-litre en canette pour mon dîner. Je n'ai même pas terminé la canette. Cela ne m'est de mémoire jamais arrivé.

Etat un peu dépressif, mais difficile de dire si c'est la fatigue.

Samedi (aujourd'hui): pas de prise de Selincro.

J'ai pris une collation vers 16h dans un snack, m'apprêtais à commander une bière, mais de nouveau pas envie.

J'ai pris un déca!

Ce soir, pas d'envie, j'aurais d'habitude été au drugstore acheter 2 litres de bière au moins. La juste pas envie.

Pas d'effet secondaire.

Donc pour moi, c'est jusqu'à présent très positif. Même si j'adore m'ennivrer et que j'ai peur d'attraper l'alcool petit et la cuite mesquine, de boire (enfin comme quelqu'un de normal).

Je vous encourage donc à essayer, il existe visiblement des cas sans effets secondaires, et je n'ose pas imaginer de l'effet que pourrait avoir Selincro sur ma vie!

Jado - 19/08/2019 à 21h49

Bonsoir. Cela fait deux semaines que mon médecin m'a prescrit du Selincro. Je buvais énormément et je n'en pouvais plus. Je n'ai eu aucun effet indésirable.

Il faut dire que mon médecin m'a également prescrit du Valium pour 7 jours et de l'Aotal pour un an. Cela en plus d'un anti-dépresseur que je prends depuis un petit moment.

J'avais essayé à plusieurs reprises d'arrêter de boire, mais en vain. Pour moi, le Selincro est devenu le médicament miracle, pourtant j'étais septique.

Passer de plusieurs bières et verres de vin par jour et une bouteille de vodka qui me faisait 2 jours à rien ou presque, c'était inespéré.

Je viens de passer une semaine dans la famille où la consommation d'alcool est importante. Au deuxième verre, je pouvais à peine finir. Je prenais un verre pour faire plaisir, mais sans envie.

Depuis que je suis revenu, plus un verre d'alcool, aucun manque et la joie de vivre est revenue. Je veux rattraper le temps perdu accoudé à un comptoir. Je reprends le sport et je suis plus disponible pour mes proches. MERCI à mon DOC.

LaChute - 21/08/2019 à 10h53

Bonjour à tous,

Pour ma part, j'ai tenté le Selincro plusieurs mois: Aucun effet.

Si des effets secondaires importants (notamment insomnie) !

De tous les médicaments que j'ai testé contre l'alcool c'est celui qui m'a provoqué le plus d'effets secondaires ...

Je suis revenu à la bonne vieille méthode classique: cure, sevrage, réunion MAB et abstinence.

3,5 mois maintenant, je me sens beaucoup mieux physiquement (mentalement, j'ai d'autres soucis, mais plus d'envies): L'alcool n'est pas indispensable pour vivre, l'eau oui ...

Profil supprimé - 22/08/2019 à 22h10

Bravo pour tes 3,5 mois d'abstinence LaChute !

Je reconnais moi aussi l'importance des MAB après une éventuelle cure . Ne jamais lier son abstinence à rien ni à personne ; ne plus se trouver d'excuse pour reprendre le premier verre et ne jamais rester seule . Capituler devant l'alcool qui sera toujours le plus fort à la moindre reprise du premier verre . La vigilance s'imposera toujours mais vivre sans alcool malgré les difficultés de la vie est tout à fait possible .

Bonne continuation à toi LaChute !

Dark94 - 08/10/2019 à 22h07

Bonsoir nouveau sur le forum j'ai pris mon premier comprimé de selincro ce soir et je me suis acheté une petite flasque de whisky de 20 centilitres pour voir... habituellement mon problème et de ne pas savoir m'arrêter quand je commence pour l'instant j'ai l'impression d'avoir ma dose je vous donnerai des témoignages sur les prochains jours... les 20 centilitres me font plus d'effet que d'habitude...à suivre...

Dark94 - 09/10/2019 à 04h47

Bonsoir prise de mon premier cachet hier soir vers 20h puis achat et consommation d'un flash de 20 cl pour voir... pas envie d'en acheter d'autres contrairement à d'habitude et dodo tôt. Réveil à 1h et 4h avec sensation désagréable d'être un peu ivre à suivre...

Jado - 09/10/2019 à 10h06

Bonjour. Pour répondre à Dark94, le Selincro m'a permis d'arrêter totalement l'alcool. J'ai tout d'abord diminué chaque jour ma consommation tout en prenant le médicament et au bout d'une semaine, j'ai complètement stoppé la consommation, sans éprouver vraiment de manque. Aujourd'hui, j'en suis à mon 65ème jour d'abstinence et j'ai l'impression de revivre : beaucoup de sport, sorties et confiance retrouvée au travail et dans la vie privée. J'ai pris le Selincro durant 3 semaines (légère fatigue) ainsi qu'un anti-dépresseur (Norset). Et je suis sortie de l'enfer, contrairement à mes nombreuses tentatives qui avaient échouées. Attention, je sais que certaines personnes ne supportent pas ce médicament... Tu seras fixé d'ici quelques jours. J'espère que ça fonctionnera également sur toi.

Dark94 - 09/10/2019 à 18h13

Merci Jado je suis quand même surpris de la violence des réactions j'ai très peu dormi et aujourd'hui dans le cirage complet j'ai même annuler un rendez-vous moi qui pendant des années j'ai mélangés volontairement et stilnox je pensais bien supporter le truc du coup j'ai deux questions est-ce que le fait de ne pas avoir attendu une heure entre la prise du comprimé et la prise de mes 20 centilitres le whisky (immédiatement après) est-elle responsable ? La deuxième question est liée à la posologie indiquée par le psy à savoir n'en prendre que lorsque l'on sait qu'on va boire or je ne bois pas tous les jours mais finalement mon corps ne s'habitue t-il pas mieux si j'en prenais tous les jours ? Bref pas de craving et pas franchement envie de reprendre un cp ce soir...

Lili5983 - 09/10/2019 à 23h52

Bonsoir à tous,

Ma 1ère intervention sur ce forum date de février 2018 (page 4) et suite à un traitement au Selincro qui a duré 1 an et demi (de juin 2015 à février 2017) avec un suivi psychologique (psychiatre) et médical (médecin traitant) tous les 15 jours au début puis tous les mois ensuite.

Alors, il est vrai que je ne suis pas intervenue depuis mai 2018 mais je continue à suivre régulièrement le fil de discussion de ce forum. J'ai d'ailleurs une alerte par mail dès qu'une nouvelle contribution a été publiée et aujourd'hui, je me décide à intervenir pour encourager toutes les personnes qui ont la chance de suivre ce traitement et donner des nouvelles sur les résultats après Selincro sur moi.

Voilà bientôt 3 ans que j'ai arrêté de prendre cette petite pilule miracle que j'ai avalé pendant 1 an et demi sans l'arrêter un seul jour et avec des effets secondaires puissants au début et s'atténuant jusqu'à disparition

au fil du temps. Ce traitement m'ayant été prescrit pour éradiquer une addiction à l'alcool qui a duré 18 ans. Je ne vais pas revenir sur mon parcours, je vous invite à aller voir mes témoignages sur les pages 4 et 5 (Lili 5983) pour mieux comprendre mon histoire.

Donc aujourd'hui, c'est comme en 2018. C'est-à-dire que je ne suis pas abstinente mais que ma consommation d'alcool est maîtrisée : je ne bois qu'en société pour être festive, très occasionnellement car je ne sors pas beaucoup et avec modération (1 ou 2 verres sur toute une soirée), parce que même 3 ans après l'arrêt, « l'effet Selincro » est toujours présent après 1 verre et souvent le 2ème pour faire plaisir : plus envie, léger écoeurement, pas d'intérêt à plus.

Aussi, vous me direz : oui mais les problèmes qui t'ont amené à boire sont résolus, donc ça aide ? Que nenni. Mes problèmes psychologiques sont toujours présents (agoraphobie, déprime saisonnière, sensibilité) mais, forcément, à des proportions moindres car il faut savoir que l'alcool n'arrange pas les soucis, bien au contraire, il les amplifie. Et les problèmes d'hier ne sont peut-être plus ceux d'aujourd'hui, mais d'autres apparaissent. Il faut bien renouveler de temps en temps, je rigole bien sûr !!! Mais, j'arrive à les appréhender de façon différente avec un esprit clair et serein.

Alors, à voir avec votre professionnel de santé bien sûr, mais vu mon expérience, je crois que c'est un traitement de longue durée (pas quelques jours, quelques semaines ou quelques mois mais bien quelques années) et qu'il ne produira un effet durable dans le temps qu'en le prenant jusqu'à ce que ce soit vous qui décidiez quand et où boire un coup, lors d'une occasion par exemple et non pas votre corps. Jusqu'à ce que vous sachiez maîtriser votre consommation comme le commun des mortels. Jusqu'à ce que, même en cas d'orgie, vous sachiez faire abstinence le lendemain et les jours qui suivent, sans manque, sans besoin. Et comme je l'ai déjà dit dans un de mes posts, avec le Selincro, le besoin est parti mais ça n'empêche pas l'envie de temps en temps que je satisfais quand j'ai de l'alcool chez moi mais ça ne va pas plus loin : un verre et le lendemain, terminé. Je n'y pense même plus. Voyez vous, là, en vous parlant, j'ai envie d'un verre mais comme je n'ai pas d'alcool chez moi en ce moment, et bien tant pis. Alors que si c'était un besoin, je ferais tout pour le satisfaire, jusqu'à sortir pour trouver un magasin ouvert à 22 heures et m'acheter une bouteille. Et oui, l'envie est éphémère, on peut ne pas la satisfaire alors que le besoin est tenace, jusqu'à gain de cause. Moi, je n'ai plus ce sentiment de besoin comme avant et ceci grâce au Selincro. Je peux choisir et ça, c'est la liberté.

Voilà, j'espère que ce post vous aidera à faire le bon choix et à continuer votre traitement malgré les effets indésirables qui vont disparaître petit à petit.

Je voulais juste rajouter une chose. Au début de mon post, j'ai dit que vous aviez la chance de suivre ce traitement. Je précise : j'ai eu un médecin traitant qui m'a vu sombrer de plus en plus profondément dans l'alcoolisme sans jamais me proposer de solution et pourtant, il savait... Je l'ai souvent appelé, un appel au secours qu'il n'entendait pas. Lors de mon burn out professionnel en avril 2014, il me culpabilisait, disait que c'était ma faute. Il m'a envoyé consulter un psy. Bien mon psy, c'était lui qui prolongeait mes arrêts de travail parce que je n'osais plus aller voir mon médecin de peur qu'il me fasse reprendre alors que j'en étais incapable, vu mon état. Mais parler n'était pas suffisant pour me sortir de cette spirale infernale. Et un psy, à part les antidépresseurs, franchement, ils ne connaissent pas grand-chose d'autre. Bref... En juin 2015, suite à une prise de sang catastrophique prescrite par ma gynéco, ma fille m'a cherché un autre médecin traitant qu'elle a pris par la même occasion. Elle ne supportait plus le m'en foutisme de l'autre et se rendait compte que je ne voulais plus y aller et elle non plus. A ma 1ère consultation avec ce nouveau médecin, enfin, je me suis sentie écoutée, entendue et surtout déculpabilisée. C'est elle qui m'a parlé du Selincro. Je ne savais pas qu'un tel produit existait. Elle m'a sauvée la vie. D'où votre chance (et la mienne aujourd'hui) d'avoir un médecin compétent et soucieux de votre santé.

Tout ça pour dire que tous les médecins ne sont pas professionnels et qu'à part se faire du fric sur notre dos, certains n'en ont rien à faire de leur patient. J'ai perdu 14 mois entre mon burn out et le début du traitement et pendant ce temps, forcément, mon alcoolisme et ma dépression c'étaient fortement aggravés jusqu'au point de non retour. Aujourd'hui, je suis en invalidité et je ne pourrai peut-être plus jamais travailler. J'ai vaincu l'alcoolisme, certes, mais la dépression s'est transformée en agoraphobie ou phobie sociale plus précisément. Alors, souvent je me dis que si mon médecin de l'époque m'avait prescrit le selincro (remboursé par la Sécu à partir de septembre 2014) ou un autre produit similaire avant 2014, aujourd'hui, je travaillerais encore et j'aurais une vie sociale. Mais, avec des si on refait le monde comme dit le proverbe. Enfin, le principal maintenant est de profiter des bons petits moments en famille et surtout de ma petite fille de 10 mois que je

n'aurais jamais pu avoir à garder si je ne m'étais pas sortie de mon addiction. Et pour le reste, ben voilà, c'est la vie.

Bon courage à toutes et à tous et surtout, tenez le coup. Ca en vaut la peine !

Lili5983 - 10/10/2019 à 14h13

Bonjour Dark94,

Pour ma part, j'ai toujours attendu au moins 1 heure minimum entre la prise du médoc et la prise d'alcool et je l'ai pris tous les jours pendant 1 an et demi, même quand, quelques mois après, je ne prenais pas d'alcool toute une journée parce que je n'y pensais pas et ceci, parfois plusieurs jours de suite.

Je prenais le Selincro le matin au levé et j'arrivais le soir, surprise de n'avoir rien bu. J'oubliais de boire. C'était vraiment très surprenant, franchement. Mais j'ai continué mon traitement malgré tout car je ne me faisais pas confiance et je ne voulais pas détruire ce que j'avais réussi à réaliser : des jours d'abstinence sans m'en apercevoir, sans effort et sans souffrir. Je voulais conforter ma guérison. J'ai donc continué à prendre le Selincro pendant 3 à 4 mois jusqu'au jour où, rassurée et sûr de moi, je me suis décidée à tout arrêter du jour au lendemain, Selincro et antidépresseur. Mais, et encore aujourd'hui, j'ai toujours du Selincro sous la main au cas où.

N'hésite pas à le prendre le matin au levé et tous les jours, même quand tu ne bois pas.

Dark94 - 10/10/2019 à 21h04

Merci Lili bon du coup j'en ai pas pris hier soir mais je n'avais pas prévu de boire et ce soir j'en prends 1 toujours sans boire on va voir comment je réagis je note quand même que la durée d'action a l'air super longue c'est peut-être pour cela que bcp le prennent le matin...En tout cas ravi que ça marche pour toi

Alonzo b - 11/10/2019 à 08h19

Bonjour à tous,

Je reviens sur ce fil pour partager certains éléments de mon expérience.

Je ne prends pas le selincro régulièrement, mais seulement quand je sens un danger.

Il m'est déjà arrivé plusieurs fois de prendre un cachet, après avoir déjà bien commencé à boire, au moment où je me rends compte que je vais partir en vrille (en craving) et l'envie de boire passe vraiment même dans ce cas et pendant plusieurs jours.

Mais mon mode de fonctionnement est particulier, car je ne recherche pas l'abstinence totale, juste un retour à la "normale". J'ai tenté l'abstinence pendant un certain temps mais ça me déprimait complètement car je ne voyais plus personne, j'évitais les sorties, les repas de famille, toutes les occasions où il peut y avoir de l'alcool.

Avec le Selincro j'ai pu renouer avec la vie en retrouvant tous ces petits plaisirs et ces occasions de boire un verre ou deux de manière conviviale, sans tomber dans l'excès... Comme les gens "normaux".

Bon courage et bonne chance à tous !

Dark94 - 11/10/2019 à 14h24

Merci Alonzo c'est aussi ce que je recherche je ne bois pas tous les soirs mais lorsque c'est le cas je n'arrive plus à m'arrêter jusqu'à ne plus pouvoir articuler...bonjour l'image...j'en déduis donc qu'on peut le prendre

ponctuellement quand on va boire et pas seulement en traitement de fond. Je vais en revanche veiller à bien le prendre suffisamment avant.

Bon courage à tous

Lili5983 - 11/10/2019 à 15h35

Bonjour à Dark et Alonzo,

Sincèrement, je ne savais pas qu'on pouvait procéder ainsi. Ne le prendre qu'occasionnellement pour ne pas dépasser les doses à la limite du raisonnable.

Alors, il est vrai qu'il y a des degrés dans l'alcoolisme très variables selon les personnes. A priori pour toi, Dark, ton addiction est très légère puisque tu ne bois que quand tu l'as décidé mais qu'à ce moment là, tu ne sais plus t'arrêter. Alors, pourquoi ne pas procéder ainsi ?

Par contre, pour les vrais dépendants à l'alcool, je ne pense pas que ce soit la bonne solution. En tout cas pour moi, personnellement, je n'aurais pas pu car je ne décidais plus de rien et l'alcool était devenu pour moi vital. Ceci dit, le but avec le Selincro est d'éradiquer totalement cette addiction et ceci pour toujours. Or, avec cette méthode de la prise occasionnelle, je pense qu'on entretient plus la dépendance que la supprimer à long terme. Sans compter que tu devras toujours avoir du Selincro sur toi et à vie parce que l'alcoolisme, c'est ça, tant qu'on ne l'a pas soigné, on vit et on meurt avec.

J'ai pris le Selincro tous les jours, le matin pendant 1 an et demi et aujourd'hui, je n'en prends plus depuis bientôt 3 ans. Cela ne m'empêche pas de boire aux occasions et même le soir, chez moi, toute seule quand j'ai envie d'un petit apéro mais, comme je l'ai souvent dit, c'est très rare et ce n'est qu'un verre parce que ce n'est qu'une envie que je respecte mais pas un besoin et donc après un verre, je n'ai plus envie et ceci, pendant plusieurs semaines voire pendant plusieurs mois. Ça me passe comme c'est venu. Et je ne cours pas ou plus après l'alcool et donc quand je n'en ai pas à la maison, et bien mon envie, je m'assois dessus. Si on prend le Selincro que pour ne pas aller trop loin dans la beuverie et qu'il ne fasse effet que quelques jours, ce n'est pour moi que reculer pour mieux sauter. Et tout est à recommencer quelques jours après et ceci, indéfiniment.

Alors, vaut-il mieux en faire un traitement journalier de longue durée et être enfin tranquille ? Ou vaut-il mieux en faire un traitement d'appoint occasionnel et ceci à vie ? A chacun sa façon de procéder et surtout à voir avec votre médecin et selon votre degré d'alcoolisme.

Bonne continuation.

Filipo64 - 02/11/2019 à 00h34

Bonsoir, pour ma part j'ai commencé le selincro en association avec le baclofène il y a 1 an et demi, cela fait 4 mois que je ne prends plus baclofène, quelques effets indésirables mais rien de méchant comparé à l'alcool.

Je consommais de l'alcool presque tous les jours, et quand je commençais je ne savais plus m'arrêter.

Aujourd'hui je prends un selincro par et je pense pouvoir bientôt l'arrêter. Je ne bois plus une goutte d'alcool depuis 1 an et demi et quel délivrance. Je pensais pouvoir réguler ma conso mais je n'ai jamais réussi avant. Je conseille ce traitement aux gens motivés voilà bon courage et tout est possible dans la vie avec de l'envie.

tetard2404 - 12/11/2019 à 12h54

Bonjour à tous

J'ai commencé le selincro il y a 3 jours maintenant. J'ai coupé les cachets comme me l'a prescrit mon médecin donc pour l'instant je n'en prend qu'un quart. Je passe à un demi demain. Étant donné les effets secondaires que j'ai déjà, j'avoue avoir peur de passer à une dose plus conséquente... Aujourd'hui je suis très nauséuse (pas faim), extrêmement fatiguée, sueurs nocturnes, complètement à l'ouest dans la journée... Seul le positif:

j'ai déjà diminué ma consommation et même la cigarette (hier soir impossible de finir mes clopes).
Je fais aussi face à une espèce de déprime. Je pense que la fatigue induit le fait que je me sente à fleur de peau.

Mais ça passe en combien de temps tout ça?

C'est la première fois que j'écris sur un forum lié à ma problématique alcool. Je me sens je l'avoue un peu seule dans ce combat. Si certaines personnes pouvaient témoigner, ce serait top

Merci à tous

kerkyra - 18/11/2019 à 17h34

Bonsoir à tous,

Après avoir parcouru ce forum et d'autres de long en large, premier comprimé de Selincro ce jour à midi.

Contexte : Homme 45 ans, 180 cm, 110 kg, diagnostiqué TAG depuis 10 ans avec handicap (RQTH, AAH ...)

15 ans d'alcoolisme chronique avec cure, recure, Revia, Aotal, Baclo et tous leurs amis. Rien n'y a fait. Seul l'identification des tags m'a fait décroché. Substiste 6 à 8 fois par an, des alcoolisations incontrôlables et massives qui me mettent en danger à chaque fois dont la dernière mercredi dernier, particulièrement éprouvante qui m'a conduite ici ... En dehors, de ça, consommation quasi inexistante ou faible sans aucun problème.

But recherché : briser ces 6 à 8 moments dans l'année où je ne vois rien venir en limitant le désastre à 2 ou 3 verres avant un dégoût rapide procuré par le Selincro.

Traitement : Seroplex 20 mg le matin, 0,5 de Xanax le soir en 2 prises et donc depuis ce midi, Selincro.

Donc premier cachet pris en mangeant à midi. Effets secondaires relativement modestes. Je m'attendais à pire.

Je n'arrête pas de m'étirer, idées farfelues, accouphènes, un peu d'hallus auditives ... bref supportable.

kerkyra - 24/11/2019 à 13h06

Bientôt une semaine de traitement. Effets secondaires loin d'être insurmontables et beaucoup moins nombreux que ceux que j'avais pu lire, dans mon cas. J'avais vraiment peur. Cachet pris lors du repas de midi. On est un peu vaseux, les nuits sont pas tops mais arrivent à se tenir à peu près. Appétit bien présent, aucun problème de ce côté là.

Hier soir, soirée beaujolais avec buffet campagnard comme tous les ans ... d'ordinaire 5 verres sur 4 heures de temps en mangeant copieusement parallèlement. En début de 3ème verre, grosse sensation de fatigue, impression d'avoir consommé davantage donc stop. Bref, je ne sais pas si c'est moi où le traitement, mais il y a eu un truc.

A voir donc. De toute façon, le principal danger se situe sur le problème exposé sur le poste précédent donc affaire à suivre.

Vanes3011 - 24/12/2019 à 11h44

Bonjour drôle de surprise hier en allant chercher le renouvellement de mon mari ! Le selincro n'est plus remboursé ! Du coup c'est 93€ pour le mois !
Super !

Fred60 - 11/01/2020 à 12h12

Il doit y avoir un soucis avec ta pharmacie Vanes, je viens de renouveler mon selincro aujourd'hui et aucun soucis pour la prise en charge. Ils ont du faire une erreur.

Vanes3011 - 13/01/2020 à 11h39

en effet je viens d'aller à la pharmacie et j'aurai vérifié en téléphonant au fournisseur le fournisseur à changer de code apparemment mais ce qui est bizarre c'est que la pharmacie nous a vendu du selincro mais l'ancienne boîte. elle nous a remboursé

Fred60 - 13/01/2020 à 20h37

En fait ils ont simplement changé l'emballage récemment et donc l'ancienne présentation en étui a été déremboursée pour une autre présentation sans étui, ce qui explique sans doute l'erreurs.
Bon courage.

Louise57 - 20/01/2020 à 20h09

Bonsoir,

J'ai testé le selincro sur quelques jours mais pas d'affilé. Ce qui est sûr c'est que j'avais l'impression que ça fonctionnait.

J'hésite à le reprendre car ma consommation s'accélère. Je n'ose pas l'essayer en semaine de peur d'être fatiguée le lendemain au travail. Je crois que ça vaut le coup de tenter. Je pense que je vais le tenter vendredi soir.

Les effets que j'ai eu perso c'est fatigue et un peu d'agitation en même temps c'était bizarre. Après j'étais quand même impressionné car je ne pensais pas à l'alcool et même la clope j'avais diminué. Tentes le ça vaut le coup

fred50 - 16/02/2020 à 15h55

bonjour! j'ai attaqué selincro il y 9 jours est ce que quelqu'un peut me dire combien de temps dure les effets secondaire maux de tête et fatigue ainsi que douleurs articulaires ? merci de vos réponses

AUREL. - 03/03/2020 à 13h06

Bonjour,

Je vais prochainement démarrer selincro.

J'aimerais savoir par quoi avez-vous remplacer l'alcool? Et comment occupez-vous vos mains?

Merci pour vos retours

patricem - 03/03/2020 à 16h23

Bonjour,

des mocktails : cocktails sans alcool. Il y en a pas mal à base de Ginger Ale, Ginger Beer et autres dérivés du gingembre. Cela a le mérite de ne pas rappeler les cocktails connus (mojito, colada, etc...). Bien que cela s'appelle Beer, c'est sans alcool.

Dans certaines salles (le Trabendo par exemple), ils servent de la limonade de malte. Les serveurs ne sont pas sur de l'absence d'alcool mais une lecture attentive de la vignette et un alcootest après plusieurs bouteilles, le verdict est formel : sans alcool.

Après, tisanes, thé, café, déca, soda (light de préférence), rien de magique.

Et pour préparer les moctails, ne vous inquiéter pas de vos mains, elles seront mises à contribution.

Cdt,

Patrice

AUREL. - 03/03/2020 à 17h58

Merci Patrice pour cette réponse.

Je voulais plutôt dire en terme d'occupation,d'activité car moi je fais quasiment tout avec une cloppe et un verre!

NinaTroofel91 - 11/03/2020 à 11h59

Bonjour,

je me lance, j'ai 41 ans, un gros passif d'addiction, atarax, alcool, cannabis, codeine, il ya deux ans , j'ai commencé une psychothérapie qui ma permis de ne plus me mettre la tete à l'envers, cetait deja ca, je sais marreter a temps (cest à dire mendormir ou ne plus pouvoir parler). J'ai arrete le cannabis que je fumais ts les soirs depuis 20 ans, mais voila je compense par l'alcool ts les soirs....., entre une demi bouteille et une bouteille de vin...jai entamé le revia mais ca ne marche pas... du coup j'ai arrete mais voila je me retrouve fatiguée et mal dans ma peau sans solution de rechange, est ce que quelqu'un la testé et trouve que selincro est plus efficace ? Merci bcp !!

patricem - 11/03/2020 à 14h30

@NinaTroofel91,

il existe de nombreuses molécules et on ne réagit pas tous de la même manière à ces molécules. Vous devriez aller voir un addicto pour avoir un protocole de test, genre 2 ou 3 semaines avec une molécule puis statut. Si cela ne marche pas, molécule suivante.

Deux warnings :

- l'alcool est l'une des rares drogues à ne pas avoir de substitutif. Les molécules peuvent grandement vous aider mais il restera une part à prendre sur vous.
- vous devriez consulter un gastro entérologue pour votre fatigue chronique. Il y a pleins de raisons possibles : mauvais sommeil du à l'alcool, apnée du sommeil (du à l'alcool ou pas), foie cirrrosé qui ne fait plus complètement le boulot... Bref, pour se rassurer et traiter cette fatigue, il est nécessaire de creuser le sujet.

Courage,

Patrice

NinaTroofel91 - 11/03/2020 à 15h33

bonjour

merci Patrice pour votre message ! je revois mon psychiatre samedi je vais lui demander une autre molecule, . bonne journée !

NinaTroofel91 - 18/03/2020 à 12h06

Bonjour,

premiere prise hier et un peu trop speed irritable, mais finalement pas envie de boire du tout, nuit agitée mais en meme temps avec le contexte ... ce matin j'ai été courir (j'avais lattestation donc c top j'espere que ca ne va pas faire comme le revia et se dissiper.

Louise57 - 26/04/2020 à 21h04

Bonsoir,

J'ai encore craqué ce soir. J'avais déjà dis que je tenterais le selincro, j'ai tentais mais un jour ou deux mais pas régulièrement. J'ai rdv avec mon addictologue mardi. Je vais lui en reparler et tenter de le prendre sérieusement. Je n'en peux plus de cet alcool. Je suis devenue sale ma maison est sale j'ai perdu mon job, ma dignité, ma confiance. Dites moi que ce médicament fonctionne

cj61 - 27/04/2020 à 13h38

bonjour,

déjà il n'y a aucune honte à avoir craqué... je ne pense pas que l'on serait nombreux ou nombreuses à te jeter la pierre...

pour le selincro, j'en ai pris plusieurs mois à raison de 2 comprimés le soir, avec aucun effet secondaire.

Je suis passé d' 1/2 litre de whisky et 1 bouteille de vin par soirée à une bouteille de vin.

Eh non, toujours pas abstinent, mais cela fait 3 ans que je ne touche plus aux alcools forts, et que je ne prends plus aucune molécule en relation avec les problèmes de sommeil, d'anxiété...

Mon bilan hépatique est toujours légèrement borderline, mais rien à voir avec la cytolise sévère que j'avais développée

Courage et prends soin de toi, dans tous les sens du terme, c'est important que tu te réconcilies avec l'image que le miroir te renvoie

Louise57 - 28/04/2020 à 20h28

Bonsoir cj61,

Merci pour ta réponse.

Je vais tenter de commencer le selincro cette semaine après avis de mon médecin de le prendre tous les matins l

J'espère que j'arriverais à le faire car je reporte toujours. Affaire à suivre

Moderateur - 29/04/2020 à 11h57

Bonjour Louise57,

Courage, franchissez le pas !

Le Selincro cela fonctionne très bien chez certains.

Nous sommes là si vous souhaitez en parler : par téléphone ou par chat ou encore ici dans ce fil de discussion.

De tout cœur avec vous.

Le modérateur.

cj61 - 01/05/2020 à 21h10

@ Louise57,

le report aux calendes grecques, j'ai aussi connu... comme les rechutes... mais il y a un moment où il faudra bien se lancer dans le challenge de ta vie ^^

As-tu essayé de rencontrer quelqu'un d'autre que ton médecin traitant ? le mien était très bien pour toutes sortes de pathologies, très à l'écoute, mais jamais je n'ai réussi à décrocher avec lui...

J'ai d'abord consulté en CMP, mauvaise expérience, puis dans un 1er CSAPA, deuxième mauvaise expérience, et puis 2ème consultation dans un autre CSAPA, et là, LA rencontre avec une addictologue de choc, avec qui j'ai tout de suite accroché...

Ça n'a pas empêché quelques rechutes, il m'a quand même fallu 3 ans pour bannir définitivement les alcools forts et revenir à une consommation de cannabis festive et non plus quotidienne, mais je sais que sans cette rencontre, je serai au fond du trou...

Juste pour info, le CSAPA où j'ai été suivi pendant 3 ans proposait des entretiens avec des infirmiers/ères spécialisé(e)s et/ou une psychologue, il y avait des ateliers de relaxation, des groupes de paroles, on m'a même proposé une semaine d'hospitalisation avec comme fil rouge la balnéothérapie, et la liste n'est pas exhaustive...

N'hésite pas à étudier toutes les pistes qui s'offrent à toi, si tu n'accroches pas avec un soignant, eh bien essaie d'en rencontrer un autre !

Louise57 - 04/05/2020 à 14h56

Bonjour cj61,

Oui j'ai tenté service d'addictologie, csapa j'ai pas du tout aimé. Et là je vois un psy addictologie mais toujours pas pris de selincro.
Juste envie d'aller me chercher une bonne bouteille.
Peut être aller en cure après le confinement...

cj61 - 04/05/2020 à 18h56

le selincro n'est qu'une béquille chimique pour t'aider à avancer sans ressentir ce besoin impérieux d'ingurgiter un verre, puis 2, 3, etc...

Quant à la cure, oui, physiquement tu seras sevrée, mais as-tu pensé à une post-cure ?

Perso, quand on me l'a proposée, je buvais et je fumais des quantités astronomiques de cannabis, donc stopper mes 2 addictions d'un coup, c'était un trop gros effort pour moi... enfin je le ressentais comme tel...

Allez, dis nous au moins que tu t'es ressaisie sur le plan personnel, que tu as repris goût à t'apprêter, ne serait-ce que pour toi-même et ton image, et que tu as commencé à reprendre le contrôle de ton home sweet home...

patricem - 04/05/2020 à 19h15

Bonjour,

les cures restent ouvertes et continuent d'accepter des patients pendant le confinement.

Cdt,

Patrice

Louise57 - 06/05/2020 à 10h44

Bonjour Patricem,

Chez moi, elles sont fermées. Même un hôpital qui suit en journée est fermé.
Il n'y a qu'à patienter.

J'ai quand même passé le cap d'une prise de demi selincro ce matin, un entier je n'ai pas osé.
Cordialement.

Louise57 - 06/05/2020 à 11h01

Bonjour cj6,

Malheureusement je n'ai pas encore repris goût à m'approprier ou prendre soin de ma maison. Je n'ai fait que boire toute semaine dernière. Je viens de prendre un demi selincro car lundi soir ça a bien débordé.
Affaire à suivre. Toi tu ne bois plus du tout ?

cj61 - 07/05/2020 à 00h46

bonsoir Louise,

je consomme toujours de l'alcool et du cannabis, mais dans des proportions beaucoup moindres, et j'ai un peu repris le contrôle de ma vie

Il y a 3 ans et demi :

consommation mensuelle : 15 l de whisky, 3 cubis de 10 l de rouge soit 30 l, et 100 grammes de résine

Rencontre avec mon addictologue...

aujourd'hui :

consommation quotidienne : 1 bonne bouteille de rouge et deux joints, soit une consommation mensuelle de 22,5 l de rouge et 25 grammes de résine.

Je fais attention à mon alimentation, et j'ai adopté un chien pour avoir de la compagnie...

Je n'arrive pas à descendre en dessous mais depuis 3 ans, je n'ai jamais dépassé cette limite, du moins en terme de consommation d'alcool, car parfois au niveau canna, ça m'est arrivé de fufu un peu plus...

Louise57 - 08/05/2020 à 18h48

Bonsoir cj61,

Merci pour tes réponses. Tu as quand même bien diminué. Tu arrives à vivre avec cela? Ça n'affecte pas ton quotidien?

cj61 - 11/05/2020 à 13h09

Bonjour Louise,

mon quotidien ? je vis tel un moine !

Pas d'amis, pas de compagne, aucune sortie, je vis en pleine campagne avec mon chien.

La dernière fois que j'ai accepté une invitation à dîner, ce fut une catastrophe, je pense que j'ai été vacciné contre les accès de sociabilité !

NinaTroofel91 - 13/05/2020 à 17h02

Bonjour à tous,

j'ai pris le selincro après avoir laissé tomber le révea mais voilà ça marche au début et après bah même si j'en prend et que je commence à boire je finis tjs la bouteille de vin ... par contre cela me permet de ne pas tomber dans un état d'ivresse qui ne me permet pas d'arrêter je suis disons plus raisonnable. Néanmoins, ça me déprime de voir que ça ne marchait plus, je vais tenter juste avant les soirées ? est-ce que quelqu'un a testé ce mode ponctuel de fonctionnement ? Je me dis que mon corps n'étant plus habitué les premiers effets positifs peuvent revenir merci d'avance et bon courage à tous !!! Forza !!!

cj61 - 13/05/2020 à 18h30

bonjour Nina,

je prenais le selincro à raison de 2 comprimés en fin d'après-midi car je buvais seulement le soir...

Louise57 - 13/05/2020 à 18h38

Bonsoir cj61,

J'ai un peu la même vie que toi et du coup je pense que l'alcool comble cette solitude.

cj61 - 14/05/2020 à 13h54

bonjour Louise,

tout à fait, tu mets une bonne dose de solitude, quelques blessures du passé, un zeste de manque d'envie de s'engager de peur d'être à nouveau malheureux, et "bim", joli cocktail qui mène à la bouteille...

Je ne prétends pas être un saint, mais j'ai la faiblesse de croire encore en une certaine idée du romantisme et du coup j'ai l'impression à mon âge d'être déjà un "modèle obsolète" dans la société d'aujourd'hui. La communication et les relations 2.0, très peu pour moi...

Par contre, ce qui m'a toujours sauvé, c'est que je me suis accroché à mon travail, quoi qu'il soit arrivé.

Louise57 - 14/05/2020 à 19h49

Bonsoir cj61,

Tout à fait d'accord. En revanche de mon côté j'ai fait l'erreur de quitter mon boulot car j'étais régulièrement en arrêt maladie. Je regrette aujourd'hui car ma consommation s'est vraiment accélérée.

Tu fais bien de t'accrocher à ton travail. Je pense aujourd'hui que ça limite les dégâts.

cj61 - 15/05/2020 à 13h11

coucou Louise,

le travail, une arme à double tranchant... effectivement, ça permet de s'accrocher aux branches quand tu dégringoles, mais ça te donne aussi les moyens d'assouvir tes consommations toujours plus grandes...

Je peux te dire que des heures supplémentaires et des astreintes le week-end, j'en ai fait tant et plus... il faut dire qu'avec un budget à l'époque de près de 600 euros par mois pour l'alcool, le cannabis, et le tabac, ça piquait un peu le porte-monnaie...

cj61 - 15/05/2020 à 23h05

et pour précision, j'habitais à 30 minutes de Vintimille, où l'alcool et le tabac sont beaucoup moins taxés...

Pour être tout à fait complet, il y a une dizaine de mois, même si ma consommation d'alcool est restée linéaire, j'ai eu l'opportunité d'avoir accès à du cannabis à un prix défiant toute concurrence, et pendant un long moment je pense que j'ai vécu dans le brouillard...

Au point que j'ai eu peur de me perdre, enfin, c'est la seule définition de l'état d'esprit dans lequel j'étais qui me vienne à l'esprit.

J'ai eu une opportunité professionnelle, et du coup j'ai quitté la Côte d'Azur pour m'installer dans la Manche. Plus de dealer, plus de tabac à moitié prix, ni de bouteilles de whisky à 22 euros les 2 litres.

J'ai trouvé une maison en pleine campagne, je fais pousser mon herbe, et je déguste tous les soirs ma petite bouteille de rouge devant un bon plat en compagnie de mon chien.

Ah mon chien... Sérieux, quand tu aimes ton chien, eh bien ça responsabilise... il compte sur toi pour satisfaire ses besoins naturels, et là pas question d'être trop "paf", il faut assurer...

Et puis c'est une compagnie, toujours à ton écoute ^^

Louise57 - 22/05/2020 à 14h58

Bonjour cj61,

De mon côté je buvais moins quand je travaillais. Je me tenais car le lendemain je ne pouvais pas y aller.

Aujourd'hui, ayant moins d'argent, cela ne m'empêche même pas de boire moins.

J'espère que tu vas bien et qu'un jour tu te débarrasseras de cette merde si c'est ton souhait.

Mayah - 29/05/2020 à 09h53

Bonjour,

Je me présente, j'ai 38 ans et je consomme de l'alcool 5 soirs par semaine, environ 1 bouteille et demie de vin. Mon médecin m'a prescrit du selincro, les effets secondaires ont été très violents. Pensez-vous que je puisse prendre un somnifère pour réussir à dormir le soir, si ce n'est pas contre-indiqué? Et j'ai vu qu'on ne peut pas prendre qu'une demie dose de selincro, est-ce que certains ont quand même déjà tenté?

Merci de vos réponses.

Louise57 - 29/05/2020 à 10h35

Bonjour Mayah

J'ai déjà pris qu'un demi selincro, il y a quand même des effets secondaires. Le mieux c'est de voir avec ton médecin pour le somnifère.