

## SEVRAGE

---

Par Benzinho Postée le 31/01/2017 11:45

Bonjour.

Je suis alcoolique buvant depuis environ 5 ans, 1/2 bouteille de whisky par jour, tous les jours sans exception. Je bois davantage le week-end : 1,5 bouteille en 2 jours.

Depuis 4 jours, dans le but d'arrêter totalement d'ici 3 semaines, j'ai commencé à réduire ma consommation : exactement 2 bières par jour.

Je ne buvais que le soir à partir de 19h.

Vers cette heure là j'ai depuis 2 jours de léger vertiges pas douloureux mais j'ai "l'impression" que c'est seulement en buvant qu'ils se calmeraient. Exactement comme un manque de cigarette, et dans ce cas, fumer élimine réellement le symptôme de manque de tabac.

Je suis par contre beaucoup étonnamment beaucoup plus calme.

Est-ce que ces vertiges sont des symptômes de manque ? Est-ce qu'ils vont s'amplifier ? Est-ce qu'il va y en avoir d'autres ? Pendant combien de temps ?

Pardon de cette rafale de questions ! Merci de vos réponses. Et merci à tous ceux qui font vivre ce site qui dans mon cas est primordial pour arrêter.

---

### Mise en ligne le 02/02/2017

Bonjour,

Nous voyons que vous avez déjà fait du chemin dans votre démarche, et c'était une décision courageuse .

Vous diminuez votre consommation tout seul et il pourrait vous être utile de vous rapprocher d'un médecin pour vous conseiller et vous aider en raison du caractère quelques fois dangereux du sevrage alcoolique.

Vous avez peut-être des exigences de délai, notamment votre arrêt total que vous voulez effectif dans trois semaines. Il est possible que vous deviez revoir cette durée dans un sens ou un autre si nécessaire, et cela aussi pourrait être vu avec le médecin, avec ou sans traitement médical.

Des vertiges peuvent effectivement survenir lors des sevrages alcooliques et il est conseillé d'y être attentif. S'ils sont associés aux hallucinations et/ou de bourdonnements dans les oreilles votre santé peut être en péril.

Là aussi nous vous conseillons de consulter.

Si vous souhaitez une aide et des conseils ponctuels, vous pouvez nous contacter par tchat via notre site (gratuit et anonyme) du lundi au vendredi de 14h00 à 2h00 du matin.

Bon courage et cordialement.

---