DEUXIEME ARRET. ENFIN TENTATIVE.

Par Profil supprimé Postée le 09/02/2017 22:49

Deuxieme tentative apres une premiere qui a duré plusieurs semaines. Le plus dur pour moi n est pas l arret aujourd'hui ou le manque d'alcool, mais ce mal de tete ... Le seul moyen que j'ai trouvé est de prendre la moitié d'un seresta 50.

N est ce pas beaucoup??? Qui peut me dire quand ce mal de tete va partir?? combien de temps???

Merci de votre aide.

Voilà 48 h que je ne n'ai pas pris un seul verre d'alcool (je ne buvais jamais dans la journée mais le soir chez moi) l'équivalence d'une bouteille de whisky chaque soir.

Mise en ligne le 10/02/2017

Bonjour,

Vous expérimentez une deuxième tentative d'arrêt de l'alcool et le plus difficile à gérer pour vous est un mal de tête qui semble persistant.

Le sevrage à l'alcool peut provoquer différents symptômes qui sont très variables d'une personne à l'autre. Aussi, ce mal de tête est peut-être lié au changement que vous avez amené dans votre consommation.

Toutefois, seul un médecin pourrait évaluer avec certitude l'origine de ce symptôme et sa durée. Aussi, il pourrait être intéressant et surtout prudent pour vous de pouvoir faire le point avec un médecin et d'aborder avec lui la façon dont se déroule votre sevrage. Ceci nous paraît d'autant plus important que vous utilisez un médicament en auto-médication et que cela vous pose également question.

Par ailleurs, vous expérimentez aujourd'hui, une nouvelle étape importante dans votre parcours de dépendance à l'alcool. Les tentatives par lesquelles vous passez peuvent vous aider à mieux comprendre la place que ce produit a pris dans votre vie et à mieux repérer ce qui facilite ou pas votre abstinence. Dans tous les cas ce sont des étapes qui vous aident à avancer.

Pendant cette phase de sevrage ou après, n'hésitez pas à vous pouvez vous rapprochez d'un Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Ces centres reçoivent toute personne concernée par un problème de consommation et accompagnent en fonction de la situation. Vous trouverez les adresses proches de chez vous en fin de message.

Pour d'autres informations, 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) ou nous joindre par tchat de 8h à minuit en vous connectant sur notre site.

Cordialement.

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service

Autres liens :

- Arrêter, comment faire ?