

COMMENT BAISSER PLUS VITE LES GAMMA

Par [Profil supprimé](#) Posté le 02/02/2019 à 12h38

Je suis contrôlé à plus de 300 en gamma comment faire pour baisser vite ?? On m'a donné 30 jours aidez-moi svp

1 RÉPONSE

[patricem](#) - 04/02/2019 à 10h25

Bonjour,

il n'y a pas, à ma connaissance, de vraie solution pour faire baisser les GGT. Tout ce que l'on trouve sur Internet tient plus de la légende urbaine qu'autre chose, même si certaines choses peuvent un peu aider le système digestif.

La seule solution est l'abstinence. Avec une demi-vie de 3 semaines, je crois, vous devriez arriver en un mois à 100-150. Mais les GGT ne sont pas un marqueur fiable. Ils peuvent être faussés par certains médicaments ou des problèmes de foie. Allez voir un addictologue, il vous prescrira des tests complémentaires:

- la CDT, qui témoigne de votre consommation sur les deux dernières semaines. Attention, cet examen prend une semaine au labo pour le déterminer donc il faut prévoir un peu d'avance.
- d'autres constantes dont je ne me souviens plus mais qui permettent de mieux interpréter les GGT.

Après, il faut reprendre rdv avec l'addicto pour qu'il interprète les résultats.

Mais grosso modo, si la CDT est supérieure à 1,7, vous tombez dans la catégorie gros buveur, vers 1 consommation régulière mais pas excessive, en dessous, c'est mieux.

Courage,

Patrice
