

## ARRET DEPUIS 31 JOURS - SYMPTOMES/RETOUR D'EXPERIENCE?

---

Par **MangoPassion** Posté le 13/04/2020 à 13h45

Bonjour

J'ai profite du confinement pour arreter de boire (je buvais avec exageration, jusqu'a l'ivresse totale, depuis des annees, surtout le soir, quoique j'avais reussi a "limiter" entre 3 et 5 verres de vin depuis ces dernieres annees et j'allais beaucoup mieux, ca avait beaucoup limite l'impact sur ma vie quotidienne).... La j'ai completement arrete depuis 31 jours sans aucune aide et j'ai aussi pratiquement arrete de fumer - 1 a 2 par jour).

Cote sevrage les premieres semaines, tout bien, juste un peu mal de tete, problemes digestifs, des insomnies/reveils en pleine nuit/un peu angoissee suite au corona, mais c'est tout. Cote psychologique aucun probleme pour tenir, j'ai de l'alcool a la maison et je n'y ai pas touche, et pratiquement pas envie.

Mon probleme c'est que j'ai toujours les insomnies (reveil en milieu de nuit), des problemes digestifs (points dans la poitrine/oesophages, diarrhees intermittentes) et du mal a m'hydrater, meme si j'essaie de boire de l'eau/soft le plus possible, mais j'ai l'impression que l'hydratation ne prend pas ou mal sur mon corps.

Mais peut etre que c'est normal, je ne sais pas, que ca va passer? Pour ceux qui ont arrete, quelle est votre experience?

Merci!

Agnes

### 5 RÉPONSES

---

**cestfiniavecto** - 13/04/2020 à 17h16

Bonjour Agnès,

J'entame mon 6ème jour.

Je me disais que peut être ton corps ne s'hydrate pas à cause de tes problèmes digestifs.

Un médecin ou en pharmacie ils peuvent te trouver quelque chose pour faciliter cela

---

**MangoPassion** - 13/04/2020 à 19h48

Felicitations pour les 6 jours....! C'est beaucoup ! Moi je me suis reprise a plusieurs fois avant d'arriver a 31 😊😊

Tiens bon !!

C'est possible, je ne sais pas..., je vais voir si je peux prendre RV avec un medecin addictologue sur Doctolib en video (je n'ai pas de medecin traitant car je reviens de plus de 13 ans a l'etranger - et je me vois mal aller voir un pharmacien expliquer tout ca en pleine officine + en ce moment les medecins c'est un peu complique!!).

Je me demandais si quelqu'un d'autre avait une experience similaire?

---

**cestfiniavecto** - 14/04/2020 à 10h18

Bonjour,

Je me pose une question sur à ton message.

Est ce que l'on peut prendre rdv avec un addictologue sans que le médecin traitant soit au courant ?

---

**patricem** - 14/04/2020 à 11h57

Bonjour,

à un moment donné, il me semble que les références du médecin traitant sont demandés. Je ne sais pas s'il y a télétransmission ou mise en commun dans DMP, mais demandez au moment de la prise de rdv que vous ne souhaitez pas cela.

Après, sortir du parcours de santé, c'est se préparer à être mal pris en charge par la sécu. Donc à vérifier et peser. Les CSAPA sont gratuit, sauf erreur. Les addicto en hopital sont facturés mais j'ignore si c'est comme un généraliste (comme les diabeto) ou comme des spécialistes...

Cdt,

Patrice

---

**cestfiniavectoi - 14/04/2020 à 18h44**

Bonjour Patricem,

Je te remercie pour ces renseignements.

La personne sur le tchat m'a demandé de voir quoi avec un CSAPA.

Je n'y suis jamais allée et je me posais des questions concernant le médecin traitant.

Bonne fin de journée

---