

## TEMPS DE REPARATION

---

Par Magbu Postée le 05/05/2020 13:25

Bonjour, j'aimerais savoir combien de temps - après l'arrêt complet de consommation - mon corps aura soigné les dégâts causés par l'alcool ? Merci de votre réponse

---

### Mise en ligne le 05/05/2020

Bonjour,

Il est difficile de répondre avec précision à votre question. Il n'existe pas une date exacte car beaucoup de facteurs entrent en jeu. En premier lieu, le temps et la quantité de consommation sont à connaître. Une consommation en grosse quantité sur une longue période aura plus d'effets délétères sur l'organisme qu'une consommation faible durant une petite période. En premier lieu, il s'agit donc de savoir combien de temps vous avez consommé de l'alcool et en quelles quantités. Cela permet d'estimer plus ou moins les dégâts présents sur votre corps, à cause de l'alcool. Il faut également savoir que certaines pathologies dues à l'alcool sont malheureusement irréversibles (comme la cirrhose alcoolique, par exemple) alors que d'autres guérissent de manière parfois surprenante.

Une idée soutenant pour réaliser un sevrage est de se rappeler que le corps est perpétuellement en travail. Au bout de 72 heures déjà, l'alcool a été complètement éliminé et le corps commence à se ré-équilibrer. Le corps n'attend pas pour commencer à se régénérer, il commence dès que possible. Globalement, dans le mois qui suit la dernière consommation, les symptômes de manque physique ont disparu, le sommeil se récupère, la santé du foie et celle de certaines aires du cerveau sont en très nette amélioration.

Il est difficile de vous en dire plus, sans rentrer dans des hypothèses. Aussi, si vous souhaitez des informations plus précises, le mieux à faire reste de consulter votre médecin et de passer un bilan médical.

Cordialement

---