

7 JOURS D'ARRÊT GROS PROBLÈME

Par **Viviana** Posté le 19/04/2021 à 21h27

Bonjour, j'ai décidé d'arrêter l'alcool il y a 7 jours sans aide.

Je buvais uniquement le soir dès 17h. Je commençais le Martini 1/2 bouteille puis le cuibi de rosé jusqu'à plus soif depuis mes 30 ans. J'en ai 52.

Je n'ai pas de manque ni de tremblement que le mal d'estomac et de la bile qui remonte. Le soucis j'ai peur de dormir car au moment où je m'endors je fais un arrêt respiratoire. Hier soir j'ai cru mourir impossible de reprendre la respiration. J'ai aussi de la tension 15,9, je prend un traitement pour ça. Je suis donc allé aux urgences mais ils m'ont rien trouvé. Prise de sang normale.

Quelqu'un a déjà eu ce problème ? Merci de votre aide

Cela me l'a fait 3 fois, toujours au début du sommeil après la nuit plus rien.

1 RÉPONSE

Catsiam - 22/04/2021 à 17h06

Bonjour Viviana.

Alcoolique consciente, j'ai moi aussi essayé d'arrêter comme ça, avant j'y arrivais, j'arrêtais 3 ou 4 mois sans aucun soucis. Puis ma consommation a augmenté. J'ai essayé à nouveau d'arrêter comme ça du jour au lendemain, mais j'ai cru que j'allais mourir !!! Au bout du 3ème jour sans alcool, j'ai commencé à avoir des sueurs glacées, puis je me suis mise à vomir, la sueur coulait sur ma peau comme de l'eau, je tremblais, j'ai vomi ainsi de 19h à 2h du matin.. Des spasmes horribles. J'étais à 2 doigts d'appeler le samu mais j'avais trop honte.. Bref ça m'est arrivé comme ça les 3 dernières fois que j'ai voulu arrêter... Maintenant ça me fout la trouille.

En effet, visiblement c'est très dangereux d'arrêter ainsi sans se faire aider médicalement. Si vraiment vous avez des symptômes de manque, essayez d'en parler avec un médecin en qui vous avez confiance. Bon courage et félicitations pour vos efforts !
