

CRISE DE BOULIMIE

Par angelmetis69 Postée le 09/03/2022 22:14

Bonjour j'ai arrêté l'alcool et le cannabis cigarette cela fait maintenant 4 semaines en plus je suis en ménopause j'ai 52 ans donc j'ai aussi les symptômes dus à ma ménopause et à mon sevrage 30 ans de cigarette et cannabis et 20 ans d'alcool festif la déprime les sueurs sont un peu passées mais ce qui me gêne le plus c'est que j'ai des crises de boulimie incontrôlable et des envies de sucre je me fais vomir après et mon deuxième problème j'ai du mal à parler je bégaye mais j'ai tremblé je n'en peux plus dites-moi ce que je peux faire j'ai fait mon sevrage toute seule j'ai pas de médecin traitant merci de m'avoir lu

Mise en ligne le 10/03/2022

Bonjour,

Il est très positif que vous essayiez de prendre soin de vous, vous avez bien fait de nous contacter pour voir quelles sont les pistes possibles.

Peut-être tout d'abord quelques informations sur les sevrages. L'arrêt du cannabis peut provoquer chez nombre de personnes ce que l'on appelle un « syndrome de sevrage ». Il s'agit d'un ensemble de symptômes désagréables qui peuvent s'étendre de une à quatre semaines après la dernière consommation. Il peut se produire des troubles du sommeil, de l'alimentation et de l'humeur. Toutes les personnes ne le traversent pas forcément et tous les symptômes ne sont pas automatiquement présents. Si vous souhaitez davantage d'informations, vous trouverez en bas de réponse un lien vers notre fiche-produit sur le cannabis. Le syndrome de sevrage y est davantage détaillé au chapitre « dépendance ».

Le sevrage de l'alcool, en cas de consommations excessives régulières peut s'avérer délicat. Insomnies, tremblements, sueurs peuvent se manifester. C'est également un des rares produits dont le sevrage peut s'avérer dangereux pour la santé s'il n'est pas encadré médicalement. Notre fiche produit sur l'alcool pourra également vous communiquer des informations complémentaires si vous le souhaitez.

Pour revenir à votre situation actuelle, il n'est pas rare que des personnes ayant eu des consommations de produits réguliers se tournent vers d'autres produits ou comportements après un sevrage. Très souvent les consommations précédentes avaient une fonction particulière par le consommateur. Par exemple une recherche d'apaisement, d'euphorie ou de « mettre le cerveau en pause » avec le cannabis et l'alcool. L'arrêt des consommations peut donner dès lors un sentiment de « vide à combler ». Les émotions « négatives » qui étaient étouffées ou masquées par ces consommations passées peuvent remonter à la surface, et ce parfois de manière majorée. Les Troubles du Comportement Alimentaire (TCA) comme la boulimie rentrent dans ce que l'on appelle les « addictions comportementales ».

Il serait sans doute intéressant que vous puissiez faire le point avec des professionnels du domaine de l'addictologie sur votre fonctionnement actuel. Ils pourraient vous aider à comprendre dans quels mécanismes vous êtes et vous proposer des outils et des pistes de solutions adaptées. Il nous paraît important que vous puissiez retrouver un mieux-être et de l'apaisement.

Dans cette optique, il existe des structures qui peuvent vous accompagner dans un cadre gratuit et confidentiel, sans jugement. Ces lieux sont des Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Les professionnels qui y exercent sont en général médecin addictologue, psychologue, infirmier... Ils peuvent vous accueillir avec des rendez-vous individuels et prendre le temps de cheminer avec vous.

Vous trouverez en bas de réponse des coordonnées de structures CSAPA qui pourraient vous proposer un accompagnement si vous le souhaitez.

Si vous souhaitez échanger davantage sur votre situation, vous pouvez contacter un de nos écoutants. Nous sommes accessibles tous les jours par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) de 8H à 2H du matin ou par le Chat de notre site Drogues Info Service de 8H à Minuit.

Avec tous nos encouragements à continuer de prendre soin de vous.

Bien cordialement.

POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES

ASSOCIATION RESSOURCES - CSAPA VAL D'ORGE

6, avenue Jules Vallès
91200 ATHIS MONS

Tél : 01 69 38 37 21

Site web : www.associationressources.org

Accueil du public : Consultation sur rendez-vous : lundi 9h30-18h00 - Mardi et Mercredi: 9h30-18h30 - Jeudi: 13h30-18h30 - Vendredi et Samedi : 9h30-12h00

Consultat° jeunes consommateurs : Consultation sur rendez-vous au pôle famille situé au 3 rue Condorcet à Juvisy sur/Orge : mercredi de 13h-18h

Substitution : Suivi et délivrance de traitement de substitution aux opiacés pour les patients suivis.

COVID -19 : Accueil avec respect des gestes barrières.

Voir la fiche détaillée

FILIÈRE UNIVERSITAIRE D'ADDICTOLOGIE - HÔPITAL DE JOUR

avenue du 8 mai 1945
Centre hospitalier Barthélemy Durand
91150 ETAMPES

Tél : 01 69 92 52 55

Site web : urlz.fr/hEzy

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h00 à 16h30

Voir la fiche détaillée

ASSOCIATION OPPELIA - ESSONNE ACCUEIL - SITE D'EVRY

110 Grand Place de l'Agora
3ème étage
91034 EVRY

Tél : 01 60 78 06 44

Site web : www.oppelia.fr

Accueil du public : Lundi, mardi et jeudi : 9h15 à 12h30 et de 13h30 à 18h. Mercredi: 9h15 à 11h30 et 16h à 19h. Vendredi de 9h45 à 13h00

Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez vous du lundi au vendredi.

Substitution : Suivi des traitements et délivrance pour les personnes suivies au Csapa.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Fiche sur le cannabis
- Le sevrage de l'alcool