

J11

Par **Louod** Posté le 22/08/2022 à 18h52

Bonjour à tous

Louise 35 ans, grande consommatrice (pour ne pas dire alcoolique) depuis 3 ans

3 ans.que l'alcool fait quotidiennement parti de ma vie

Ces derniers mois même le midi...

Pourquoi et comment ai je décidé d'arrêter?

Car il y a 11jours ça ma écoeuré

Un dégoût profond

Aucun alcool ne me faisait envie, aucun

J'ai sauté sur l'occasion

Ce dégoût est encore présent, l'odeur même du vin me donne la nausée...

J'ai eu qqes difficultés de sommeil, j'ai encore qqes sueurs la nuit

Mais j'ai surtout la nausée en permanence et je peine à m'alimenter... est ce un symptôme de "sevrage"?

Je précise que j'ai également arrêté le tabac en même temps

Merci à vous

1 RÉPONSE

Today - 29/08/2022 à 13h50

Bonjour Louise.

Effectivement les nausées font aussi parti des symptômes de sevrage.

Au jour où je t'écris, tu ne devrais plus les ressentir normalement. Si cela persiste il vaudrait mieux aller consulter ton médecin traitant.

Sinon bravo pour cette abstinence....double abstinence même puisque sevrage tabagique en parallèle !

Difficile de se reconnaître alcoolique mais c'est un premier pas vers la guérison.

Tu peux venir aussi souvent que tu le souhaites sur ce forum qui permet de partager ses expériences, d'avoir des conseils aussi sans jugement.

À bientôt
