

ALCOLIQUE ANONYME

Par ALCOLICA Postée le 24/11/2022 19:49

Bonjour je souhaiterais arrêter comment faire ?

Mise en ligne le 25/11/2022

Bonjour,

Il existe différentes façons d'arrêter sa consommation d'alcool et nous allons tenter de vous informer le plus précisément possible pour que vous puissiez choisir celle qui vous correspond le mieux.

Tout d'abord, il est préférable de toujours prendre un avis médical avant de démarrer un arrêt de l'alcool. Votre première option serait donc d'en discuter avec votre médecin généraliste. Il pourrait vous conseiller et vous proposer un traitement adapté pour faciliter cet arrêt.

Vous pouvez également demander un accompagnement dans un Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Ces structures sont gratuites et permettent d'être aidé par des professionnels, sous forme de rendez-vous individuels, pour diminuer ou arrêter sa consommation d'alcool.

Il est sinon possible de se faire hospitaliser pour réaliser le sevrage de l'alcool. Dans ces cas là, le sevrage se déroule sur une semaine ou deux, encadré par une équipe de médecins et d'infirmiers spécialisés dans l'arrêt des consommations.

Pour rechercher une adresse de CSAPA ou de lieu de sevrage hospitalier à proximité de chez vous, vous pouvez utiliser l'outil "adresses utiles" que nous vous joignons en fin de réponse.

Enfin, il existe des associations de soutien qui organisent des groupes de parole entre consommateurs et anciens consommateurs. Nous vous joignons les coordonnées de deux associations qui organisent des réunions sur Paris : Alcooliques Anonymes et Entraid'addict (anciennement Alcool Assistance).

Nous espérons que ces pistes vous permettent de débiter vos démarches et restons à votre écoute pour toute autre information.

Nous sommes joignables tous les jours de 08h à 02h au 0 980 980 930, et sur le tchat internet de 08h à 00h. C'est gratuit et anonyme.

Bonne journée à vous,

Bien cordialement,

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Alcool info service

Autres liens :

- Alcooliques anonymes
- Entraid'addict