© Drogues Info Service - 14 mai 2025

gamma gt, au bout de combien de temps baissent t-ils ?

Par erwan54 Posté le 07/03/2024 à 13h32

bonjour,

étant en suspension du permis de conduire pour 5 mois depuis le 22/02 pour alcool au volant je dois effectuer des bilans sanguins pour les gamma gt seulement voilà, je suis alcoolique depuis l'été dernier. j'ai eu une consommation journalière d'un demi litre de vodka ou de whisky par jour pendant 4-5 mois.

depuis le 22/02 je n'ai pas bu une seule goutte d'alcool, pensez vous que mes gamma gt ont baissé ? si oui pensez vous que je peux quand même boire occasionnellement en soirée ?

il faut que je trouve un taux normal de gamma gt avant les bilans sanguins qui sont fin juin , pensez vous qu'en consommant de temps en temps je peux retrouver un taux normal ou il faut une abstinence totale ? je ne pense pas être capable d'arrêter totalement c'est trop dur mentalement j'ai des idées noires le matin c'est intenable

merci d'avance pour vos réponses

4 réponses

---

erwan54 - 07/03/2024 à 15h42

?

Sunshine - 07/03/2024 à 22h50

Bonjour Erwan54.

Je me permets de rebondir même si je n’ai pas de réponse à apporter à ta question sur les Gamma GT.
Je suppose que ça reste à un niveau « dans les clous » quand la conso est modérée et pas trop fréquente, mais nous ne sommes pas tous égaux face à ce genre de chose, c’est certainement propre à chacun. En plus « modéré » qu’est ce que ça veut dire précisément? Les recommandations OMS ou Santé Publique France? Perso elles me paraissent déjà trop élevées ^^
Le taux GGT c’est surtout un marqueur qui indique si le foie se porte bien ou est en souffrance. Qui dit foie en souffrance ne veut pas dire uniquement alcool, même si c’est ce produit qui fait le plus de dégât à ce

niveau, loin devant quoi que ce soit d’autre…

Je voulais répondre à ton fil surtout pour te dire que le plus important avant de te focaliser sur le chiffre du taux, serait d’utiliser cette prise de conscience de ton problème d’alcool pour essayer d’aller mieux. Récupérer le permis c’est essentiel pour la vie quotidienne, mais ce n’est pas LA finalité le plus importante. La finalité, l’objectif serait de profiter de cette « punition » pour faire face aux problèmes de consommation que tu traverses pour essayer d’aller mieux. Le reste suivra automatiquement.

Je te souhaite de commencer ce vrai chemin vers la liberté.

Rocca - 08/03/2024 à 11h24

J'ai été confronté au même problème quelques années en arrière, suspension de permis avec prise de sang...

Pour faire baisser tes GGT, il y a des remèdes efficaces:

- cure d ampoules artichaut + radis noir durant 15 jours
- Faire bouillir 4 citrons avec la peau dans 1 litre d eau et boire 1 litre par jour pendant 10 jours
- Gélules de chardon-marie durant 15 jours
- Plantes dépuratives pour le foie : romarin, pissenlit, aubier de tilleul, reglisse

courage

Rocca - 08/03/2024 à 11h59

par contre j ai oublié, ne bois plus une goutte jusqu'à ton échéance de juin, il faut que ton foie se détoxifie, se repose et se régénère... si tu bois un verre de temps en temps les gamma vont remonter