

ANXIÉTÉ ET ALCOOL, QUE FAIRE ?

Par Alcool Info Service Postée le 31/07/2024 22:46

Mon frère est alcoolique depuis plusieurs années. Il a commencé pour calmer ses crises de paniques. Il a essayé psy, psychiatres, hypnose et rien n'a pu guérir ses crises. Seul l'alcool lui permettait de vivre normalement. Aujourd'hui l'alcool est devenu une addiction et un mode de vie, pour pouvoir vivre malgré les crises. Il a pu en parler à un docteur généraliste récemment il lui a prescrit une prise de sang et un scan du foie. Malheureusement il faut être à jeun pour la prise de sang, il ne dort que très peu et ne peut pas rester à jeun. Ilangoisse car il pense qu'il est déjà foutu. Il a moins de 30 ans. On essaie de l'aider comme on peut mais dur de ne pas le braquer. Comment faire ? Il fait des grosses crises de paniques, on lui a conseillé de l'emdr. Comment faire pour traiter conjointement alcool et crises de paniques violentes ?

Mise en ligne le 01/08/2024

Bonjour,

Si l'alcool est souvent utilisé pour ses effets antidépresseurs et anxiolytiques, à doses élevées et en usage régulier il peut tout au contraire favoriser et aggraver l'anxiété et la dépression. Pour dire les choses autrement, ce peut être tout à la fois le "remède" et le "poison".

Si les tentatives de prise en charge du trouble anxieux chez votre frère n'ont pas suffi c'est peut-être qu'elles n'étaient pas adaptées ou qu'elles ont été arrêtées prématurément. L'anxiété se traite à la fois par voie médicamenteuse et psychothérapeutique. Il existe différentes formes de psychothérapie, l'EMDR en est une, nous ne saurons vous dire si votre frère y serait plus réceptif. Il n'y a pas d'autre possibilité que d'essayer pour le savoir.

Lorsque les difficultés sont massives et complexes, il peut ne pas y avoir d'autre solution que l'hospitalisation. Cela permet d'être sous surveillance médicale continue à la fois pour le sevrage et pour la mise en place d'un traitement adapté et réadapté rapidement au besoin. Nous ne savons pas si c'est une piste qui a déjà été envisagée.

Nous nous tenons à votre disposition dans le cas où vous souhaitez revenir vers nous pour échanger plus précisément sur la situation de votre frère. Qu'il n'hésite pas à nous contacter de son côté bien entendu. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h du matin au 0 980 980 930 (appel anonyme et non surtaxé) ainsi que par Chat individuel de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le samedi et le dimanche.

Bien à vous.
