

## GUEULE DE BOIS AVEC TRÈS PEU D'ALCOOL

---

Par Profil supprimé Postée le 15/09/2016 15:24

Depuis quelques années, ma résistance à l'alcool baisse de plus en plus. Quand je bois, pas de problème, mais j'ai par la suite des gueules de bois de plus en plus importantes avec des doses de plus en plus faibles. Ces temps-ci je ne peux pas boire plus d'une bière/un verre de vin sans avoir un début de gueule de bois (frissons, courbatures, difficulté de concentration et sentiment de fatigue).

Dans l'absolu ça n'est pas très grave, j'adapte ma consommation et ne bois presque plus, mais je me demandais si cela pouvait être lié à d'autres problèmes dont il faudrait s'inquiéter (foie par exemple) ?

---

### Mise en ligne le 16/09/2016

Bonjour,

Par définition, l'absorption d'alcool modifie le comportement et nous avons, tout un chacun, une tolérance à l'alcool dont le seuil est variable.

Votre tolérance semble baisser en même temps que vous revoyez à la baisse vos doses. Comme vous l'affirmez vous-même, dans l'absolu ça n'est pas grave cependant ce changement vous questionne.

Vous évoquez la « gueule de bois » du lendemain, mais également le « début de gueule de bois » c'est-à-dire les effets qui suivent presque immédiatement la consommation.

Pour rappel, la consommation d'alcool est en grande partie transformée au niveau du foie. Tant que le foie n'a pas fini son travail, l'alcool reste dans le corps, notamment dans le sang et le cerveau dont il ralentit et perturbe l'activité. Par conséquent, si on est sous son effet on peut continuer à ressentir ses désagréments (gueule de bois, frissons, ralentissement des réflexes, mauvaise coordination des mouvements, etc). L'état de santé du foie peut donc avoir un rapport avec votre gueule de bois du lendemain.

Par contre, cela ne devrait pas avoir de rapport avec ce que vous ressentez dès le début de votre absorption d'alcool. Nous vous invitons plutôt pour éclaircir ce point, mais également le précédent, à consulter un médecin, les causes pouvant être multiples.

Si vous souhaitez reparler de votre consommation n'hésitez pas à revenir vers nous. Par tchat via notre site (gratuit et anonyme) du lundi au vendredi de 14h00 à 2h00 du matin ou au 0980 980 930 (Alcool Info Service, anonyme et non surtaxé) tous les jours de 8h00 à 2h00 du matin.

Bien cordialement.

---