

## UN POINT SUR MA SITUATION

---

Par **Profil supprimé** Posté le 25/01/2018 à 12h25

Hello,

Enfin je suis un peu paumé, pour faire court : je suis alcoolique sévère depuis plusieurs années et j'ai toujours réussi à fonctionner tant bien que mal. J'étais sur un rythme de vie catastrophique il y a peu et j'ai du en changer brutalement il y a quelques jours (me lever tôt donc je m'étais mis "la tête comme ça" également plus tôt). Ça allé relativement bien jusqu'à 13h, je me suis mis à faire des crises d'angoisses à répétition. Idem le lendemain, je vais aux urgences pour faire un électrocardiogramme histoire de vérifier quand même. Aucun soucis, mais je reste aux urgences au cas où. Je me suis mis à avoir des spasmes et des tremblements particulièrement violents jusqu'à 15h, ensuite de ça je me suis transformé en légume, j'étais un peu dans un état second.

Je rentre chez moi, je picole parce que tout ça m'a bien fait flippé (prescription du doc no joke) et la soirée se passe normalement.

Ce matin je me lève vers 7h, ça passe relativement bien jusqu'à 10h, puis je me retape des crises d'angoisse à la chaîne. A 11h je dis stop, je vais vérifier si le début du sevrage, je choppe une bière et rapidement je me calme et là ça va, je suis calme, j'ai pris deux bières et plus de soucis.

J'en conclu que c'est le sevrage qui débute mais je ne pensais que cela arriverait aussi tôt dans la journée (je ne bois normalement jamais la journée - je dors... -).

Pour le coup j'envisage réellement de faire un séjour en centre de soin, on est loin de la petite gueule de bois et je ne pense pas pouvoir arrêter par moi même.

Enfin bref, si quelqu'un en pense quelque chose n'hésitez pas !

## 2 RÉPONSES

---

**Profil supprimé - 25/01/2018 à 16h00**

Bonjour Nico,

Oui tu ressens les effets du manque. L'alcool est un anxiolytique alors quand tu en ressens le manque ça fait ça, de grosses montées d'angoisses ingérables.

Tu peux effectivement envisager un séjour en centre de soin mais déjà une visite à ton médecin ou un rendez-vous dans un centre mentionné sur ce site ou dans une association comme l'ANPAA pourra te permettre de voir des professionnels sans jugement et de déterminer ce qui est le mieux pour toi.

En attendant oui, il vaut mieux boire ces 2 bières qui apaisent car le sevrage à l'alcool peut être dangereux, delirium et crises d'épilepsie peuvent se présenter, ne te lance pas tout seul là dedans...

En tout cas venir écrire ici est un premier qui, je le souhaite pour toi, en amènera de nombreux autres. Courage car arrêter est à terme une vraie libération. Et bravo pour cette prise de conscience! 😊

---

**Profil supprimé - 29/01/2018 à 00h10**

Petite maj, j'ai effectivement fait un DT hier dans la nuit, pris en charge aux urgences pour la nuit et une partie de la journée et nouveau rdv demain pour la mise en place de la cure avec l'addictologue. On m'a passé sous Valium et pour le moment ça va. Sans mentir, c'est ultra impressionnant, j'étais plus dans la phase pré-DT et déjà...

Bref si vous êtes alcoolique et que vous avez ces symptômes d'angoisse, de palpitations, de peur de mourir, voire de convulsion/spasme ingérable = URGENCES. La prise en charge doit être rapide. Ça peut survenir même avec une prise d'alcool modéré.

---