

## SEVRAGE

---

Par **Profil supprimé** Posté le 25/02/2018 à 10h04

Bonjour,  
Je suis une femme de 43 ans. Suite à un décès je me suis mise à boire tous les jours. DU whisky jusqu'à atteindre 75cl par jour.  
J'ai toujours eu une relation de besoin avec LA boisson.  
Aujourd'hui grâce à un encadrement médical cela fait 9 jours que je n'ai pas consommé. Cependant je ressens une fatigue inimaginable et depuis Trois jours j'ai la sensation que le sol bouge sous mes pieds à tel point qu'il m'arrive de me tenir à quelque chose.  
Je suis nouvelle sur ce forum. J'aimerais avoir des témoignages de personnes qui comme moi après quelques jours sans consommation ont eu ces symptômes. Et surtout combien de temps cela dure  
Merci beaucoup

### 3 RÉPONSES

---

**patricem** - 26/02/2018 à 13h53

Bonjour,  
la fatigue peut être le symptôme d'une dépression que l'alcool cachait. Pour le reste, je n'ai pas eu. Mais les symptômes peuvent changer d'un individu à l'autre...

Patrice

---

**Profil supprimé** - 26/02/2018 à 15h36

Bonjour Sandrine,  
déjà félicitation pour avoir arrêté. De mon côté, j'ai choisi la voie non médicale et je vais voir comment ça va. Si je vais chez mon généraliste, il va certainement me prescrire des anti-anxiolytiques ou anti-dépresseur dont je ne veux pas. En parlant à mon entourage travaillant dans les hôpitaux ils me disent que cela peut compliquer les choses. Je ne sais pas si tu as des médicaments... Mais si tu parles en à ton médecin... Peut-être des effets secondaires des médicaments...

PS: Je ne suis pas médecin...

---

**Profil supprimé** - 26/02/2018 à 18h04

Bonjour Sandrine,  
Nous sommes tous différents et il y a de nombreuses solutions pour rester abstinent car je suppose que c'est ce que tu désires au plus profond de toi-même.  
Personnellement je n'ai pas été suivi par le corps médical car pas trop abîmé physiquement mais je me suis rendu auprès de mes semblables dans les réunions des A.A. Et là, le miracle s'est produit car à ma seconde tentative, je suis devenu abstinent et le suis resté jusqu'à ce jour. Je n'ai plus la moindre envie d'alcool quelle que soit la situation dans laquelle je peux me trouver.  
Peut-être toi aussi pourrais-tu rejoindre un groupe si tu en as près de chez toi ?  
Une chose est certaine, seul je ne m'en suis jamais sorti malgré toutes mes promesses que je ne tenais jamais que quelques jours et ensuite je reprenais le premier verre qui entraînait les autres.  
Fini tout ça ! Pour rien ni pour personne je ne veux reprendre ce premier verre ;  
C'est ce que je te souhaite.

---