

Vos questions / nos réponses

# Arrêt alcool

Par [Nolo](#) Postée le 20/06/2023 21:47

Bonjour, J ai bu tous les soirs en 2008-2009. Environ une demi bouteille de whisky par nuit. A la fin, je tremblais des mains les après-midi tellement j étais en manque. Quand venait le soir, dans ma chambre, je ressentais le craving. Je suppliais ma mère de me laisser boire juste un verre. Et je le buvais, en attendant qu elle aille se coucher pour m enivrer. Puis je me suis mis à vivre chez une femme. J ai arrêté de boire du jour au lendemain. J'ai tremblé des mains pendant un mois mais à aucun moment je n ai ressenti de craving. Avez vous une explication ?

---

**Mise en ligne le 23/06/2023**

Bonjour,

Comme nous l'évoquions dans une réponse précédente qui vous a été adressée, les effets ressentis de l'alcool sont différents selon les personnes et, chez une même personne, selon les moments dans lesquels elle s'alcoolise. Cela tient aussi bien à des paramètres personnels que contextuels.

Il en est de même à l'arrêt des consommations, le sevrage peut ne pas se vivre à l'identique d'une tentative à l'autre, les symptômes peuvent varier en intensité, en durée, mais aussi dans leur manière de s'exprimer.

S'agissant du « craving », cela n'a rien de systématique, là encore cela dépend des personnes et des moments. Lorsque le sevrage se fait dans des conditions favorables, il est possible de ne pas éprouver cette envie irrépressible de consommer. Comme cela semble avoir été votre cas, on peut avoir des symptômes de sevrage sans forcément être soumis au craving.

Souhaitant que ces éléments répondent à votre interrogation.

Cordialement.

---