

ANTI-DÉPRESSEUR POUR NE PAS SOMBREZ DANS LA DÉPENDANCE?

Par Profil supprimé Postée le 05/06/2015 19:52

bonjour,

Mon médecin traitant m'a prescrit un anti-dépresseur et anxiolytique pour lutter contre mon problème d'alcool. En effet, toute juste séparée, je bois tous les soirs, seule, et je sens que ma consommation devient une dépendance psychologique...Il pense que je bois pour combler un vide et que l'anti-dépresseur va m'aider...Or je ne me sens pas dépressive. Je traverse un moment difficile, c'est vrai, je n'ai pas de force pour agir mais je ne me sens pas triste ou ne pleure pas à longueur de journée. Pensez vous que ce traitement soit judicieux? J'ai du mal à le supporter, j'ai d'ailleurs arrêté car j'avais de terribles vertiges et beaucoup de somnolence...Le médecin veut essayer avec une autre molécule mais je suis très sceptique. Qu'en pensez-vous? devrais-je l'écouter?? merci d'avance...

Mise en ligne le 08/06/2015

Bonjour,

Il est fréquent que des consommations excessives et/ou régulières d'alcool soient en lien avec un fond dépressif et, dans ce cas, le recours à l'alcool peut avoir pour fonction de calmer des angoisses, favoriser l'endormissement, apporter un "mieux être"... Il est ainsi souvent dit de l'alcool qu'il a des effets antidépresseurs, anxiolytiques, hypnotiques.

Vous ne nous dites rien de ce que vous recherchez spécifiquement avec vos consommations du soir, ce que les effets vous apportent, les bénéfices éventuels que vous pensez en tirer. L'hypothèse qu'avance votre médecin semble vous laisser dubitative, nous le comprenons, mais nous n'avons pas les moyens de la confirmer ou de l'infirmer. Nous comprenons par ailleurs que prendre un traitement médicamenteux n'a rien d'anodin, d'autant plus quand il procure des effets secondaires désagréables, et ne pouvons donc que vous conseiller de prendre l'avis d'un autre médecin.

Nous attirons votre attention sur le fait que, dépressive ou non, le risque que vous pressentez est celui de devenir dépendante psychologiquement de l'alcool. Parallèlement à cela, ce que vous nous indiquez du contexte de vos nouvelles habitudes de consommation, une séparation, laisse penser que vous pouvez être fragilisées en ce moment. Pour ces raisons, nous vous invitons à réfléchir à la pertinence d'un soutien psychologique, transitoire, qui pourrait vous permettre de « digérer » cette séparation, ce changement de vie, sans en passer par l'alcool.

Qu'il s'agisse de prendre un nouvel avis médical ou de rencontrer un psychologue, vous avez le choix de vous orienter vers le libéral ou de vous rapprocher d'un CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Ces centres reçoivent toutes les personnes qui se questionnent sur leurs consommations, quel que soit l'usage fait de l'alcool, et qui pensent se trouver potentiellement en difficulté ou à risque face à ces consommations. Les consultations en CSAPA sont assurées par des professionnels et sont individuelles, confidentielles et gratuites.

Sans indication sur votre lieu de résidence nous ne sommes pas en mesure de vous orienter vers un CSAPA mais vous pourrez retrouver ces adresses dans notre rubrique « Adresses utiles ». Nous nous tenons évidemment à votre disposition si vous souhaitez échanger plus précisément sur votre situation ou pour que l'on vous oriente plus finement. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0 980 980 930 (appel anonyme et non surtaxé) ou par Chat.

Cordialement.

En savoir plus :

- "Adresses utiles"