

Ce document a été rédigé afin de fournir aux femmes des informations utiles à propos de l'alcool, leur permettre de faire des choix éclairés quant à leur propre consommation.

# *L'alcoolisme féminin...*

Ce livret a été conçu dans un but préventif et non pas d'inciter à l'abstinence totale d'alcool.



**VIE LIBRE**  
LA SOIF D'EN SORTIR

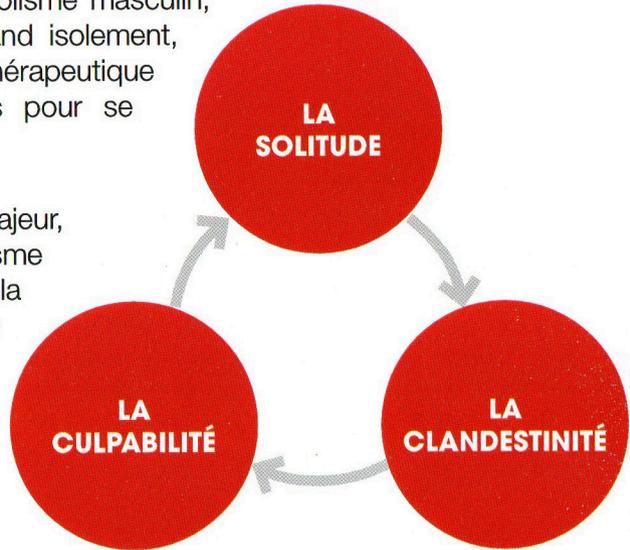
Les manifestations de l'alcoolisme féminin dépendent en partie des rôles sociaux habituellement attribués aux femmes.

*Les hommes consomment dans un contexte social,  
les femmes dans un contexte anxio-dépressif.*

Moins bien toléré que l'alcoolisme masculin, il conduit souvent à un grand isolement, la prise en charge thérapeutique doit dépasser les préjugés pour se concentrer sur la personne.

C'est le trait différentiel majeur, alors que souvent l'alcoolisme masculin est ouvert sur la scène publique, l'alcoolisme féminin est un « ghetto » enfermant la femme alcoolique dans :

Les femmes choisissent souvent des alcools forts, ce fait semble lié à la recherche d'une alcoolisation rapide...



## *Alcool et contraception*

La contraception chez la femme alcoolique pose des problèmes du fait des altérations hépatiques.

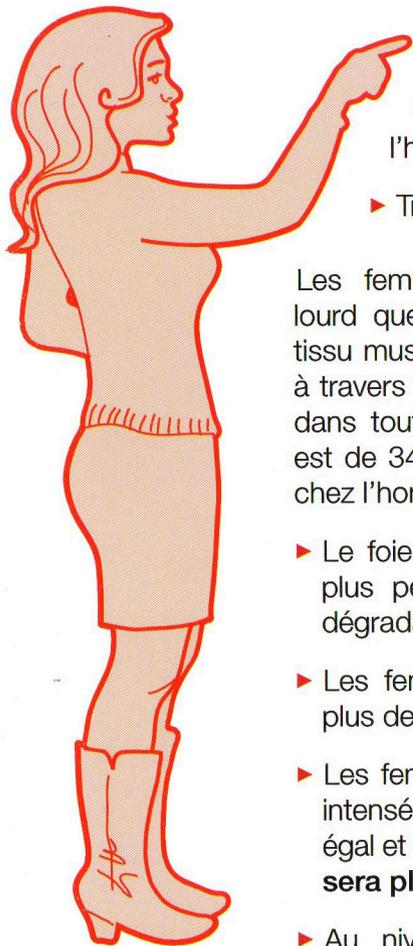
La pilule peut être utilisée s'il n'y a pas de lésions hépatiques, mais ce n'est pas la méthode idéale car il y a risque de leur apparition.

Les oestro-progestatifs diminuent le taux de vitamines B1-B6-B12 et sont contre-indiqués en cas de syndrome dépressif.

Le stérilet semble le mode le plus approprié, bien que son efficacité ne soit pas absolue.

# Alcool et Organisme

## *Différence entre hommes et femmes*



► La dépendance intervient plus rapidement chez la femme **5 à 10 ans** contre **15 à 20 ans** chez l'homme.

► Troubles névrotiques **plus graves**

Les femmes en moyenne pèsent moins lourd que les hommes et ont moins de tissu musculaire. Le cœur pompe le sang à travers tout le corps et distribue l'alcool dans tout le liquide l'organisme, celui-ci est de 34 L chez la femme contre 42 L chez l'homme.

- Le foie d'une femme est plus petit ce qui ralentit la dégradation de l'alcool.
- Les femmes ne devraient pas boire plus de 2 verres d'alcool par jour.
- Les femmes réagissent plus vite et plus intensément aux effets de l'alcool, à poids égal et consommation égale **l'alcoolémie sera plus élevée chez une femme.**
- Au niveau osseux, développement de l'ostéoporose et de fractures fréquentes
- Il ne faut pas oublier toutes les répercussions typiquement féminines ( cycle menstruel, cancer du sein, fausse couche ) en cas de consommation excessive.

