

ARRÊT DU TABAC ET DÉPRIME

Chaque essai d'arrêt du tabac me plonge dans une profonde déprime, pourquoi ?

Par La rédaction d'Allodocteurs.fr - Rédigé le 17/09/2014, mis à jour le 18/09/2014

Les réponses avec le Dr Patrick Dupont, tabacologue

Cette déprime peut apparaître à cause du **manque de nicotine**, elle peut aussi intervenir quand on se rend compte que l'on a du mal à arrêter de fumer, quand il y a un manque de l'ami (la cigarette), de la "béquille" qui nous accompagne, qui nous écoute...

La déprime peut aussi être liée à l'absence de l'effet psychologique. Il a été montré que la cigarette agit comme un petit antidépresseur. Il est important que ces personnes consultent pour prévenir cette dépression anticipée, pour qu'elle ne soit pas déprimée.

©http://www.allodocteurs.fr/actualite-sante-pourquoi-est-on-deprime-a-l-arret-du-tabac-_14338.html