© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Témoignages de consommateurs

Sevrage Morphine à la dure !

Par Profil supprimé Posté le 10/05/2019 à 14:49

Bonjour à toutes et tous ! Cà y est, je me décide enfin à écrire. Je sais d'avance que cela va me permettre de faire mon deuil.

Je ne suis pas écrivain, je suis dj et musicien, donc le clavier je connais bien. Seulement voilà, j'ai toujours eu pour habitude d'exprimer mes sentiments par le biais de la musique. Cette fois-ci, c'est avec un clavier « azerty », car pour vous raconter cette expérience, ou bien cette tranche de vie, les mots seront plus appropriés.

J'ai 39 ans, je suis célibataire et un papa comblé depuis 4 ans d'un magnifique petit garçon. Je souhaite témoigner aujourd'hui de mon addiction, de mon sevrage, et d'une épidémie très inquiétante : Les Opioïdes. Pour ma part, ce sera la Morphine, et plus précisément le Skenan (300/400mg/j).

Un stupéfiant légal très puissant contre la douleur, et qui depuis ces dernières années, commence à être prescrit en masse dans notre pays et qui m'a été administré suite à une Ostéonécrose Fémorale des 2 hanches. Je vie maintenant avec 2 hanches artificielles.

Un médicament ? La bonne blague, ou plutôt très mauvaise. Non, on parle bien d'une drogue. Une drogue puissante et particulièrement addictive.

Ma consommation a duré pendant plus de 2 ans et j'ai décidé d'y mettre un terme du jour au lendemain, sans aucune aide, seul, chez moi, à la dure comme disent certains. J'en parlerai un plus loin mais ce fut l'expérience la plus traumatisante de toute ma vie.

Pourquoi ai-je décidé de m'infliger une telle torture ? Car avec un passé d'addiction alcoolique, aux Benzodiazépines (Xanax, Valium, Seresta, etc…), aux Opiacés (Codoliprane, Néo-Codion, etc…) et maintenant à la Morphine, je sais d'expérience qu'avec un sevrage sous aide médicale on m'aurait dirigé vers d'autres molécules tout aussi addictives pour tenir le coup. Cela m'aurait évité de vivre un sevrage cauchemardesque mais il m'aurait fallu du temps, beaucoup de temps pour décrocher et me débarrasser de tous ces traitements de substitutions.

Mais aussi, c'est surtout à cause de l'accoutumance de cette drogue. A un moment, même les doses les plus fortes ne font plus effets sur la douleur. C'est à ce moment que j'ai commencé à consulter les différents forums sur internet pour savoir ce qu'il m'arrivait, et où j'en étais avec cette accoutumance.

En lisant tous ces témoignages, je tombe sur des blogs qui avaient pour sujet d'expliquer comment augmenter les effets de la Morphine. Et plus précisément du Skenan par voie orale. J'apprends qu'en ouvrant les gélules, il suffit de laisser fondre leur contenu (Des petites billes

blanches) sous la langue pour avoir un effet plus rapide et plus intense ! En d'autres termes, cela permet de modifier une dose de 100 mg à libération prolongée, en une dose plus puissante à libération immédiate ! Inutile de vous dire qu'à ce moment là, çà n'est pas tombé dans l'oreille d'un sourd !

Seulement voilà, en consommant du Skenan dans ces conditions, le palier d'addiction augmente de manière significative, et les effets durent moins longtemps. On se retrouve donc très rapidement en manque entre ses 2 doses journalières. Les effets de manque vous gagne de jour en jour, et çà devient vite une punition de tous les jours.
A cet instant, on réalise la gravité de la situation.

Pas possible je me disais. Suis-je en manque tel un toxicomane ? Bah ouais mon gars, çà y est, tu es en plein dedans !

Et comme bons nombres d'entre vous, je me suis retrouvé plusieurs fois en carence abrupte après avoir consommé toutes mes pilules quelques jours avant le renouvellement de mon ordonnance. Au début, çà passe, j'explique à mon toubib que j'ai perdu mes dernières boîtes de Skenan, et ensuite j'essaye de m'en faire prescrire par d'autres médecins. Certains sont peu méfiants, et d'autres très frileux.

C'est quand un d'eux cela qui contacte mon médecin traitant pour avoir des explications que je réalise que je çà y est, ma couverture tombe, je suis grillé.
Je ne sais plus ce que j'ai trouvé comme scénario, mais j'ai tout de même réussi à garder la confiance de mon médecin traitant.

Après 3 jours interminables à en crever, j'ai ma nouvelle ordonnance. A peine sorti de la pharmacie, j'ouvre mon Skenan LP, cette boîte orange et blanche de 100mg LP dont j'ai tellement besoin. J'ouvre une gélule, je vide les petites billes dans ma bouche et je commence à les croquer jusqu'à ce que tout se mélange avec ma salive. Libération immédiate, et donc, au bout d'une demi-heure, je reviens à la vie, un immense bien-être qu'on ne veut plus quitter.

Et comme tous les mois depuis un long moment, je me retrouve sans mes cachets 10 jours avant le renouvellement. Je prends rendez-vous avec mon toubib et je trouve une excuse en béton qui tient bien la route.

« Bonjour docteur, je viens vous voir un peu plus tôt que prévu car je ne supporte plus les doses de Morphine que je consomme depuis trop longtemps et je souhaite diminuer les doses ! ». Cà fonctionne nickel, et une nouvelle ordonnance pour 28 jours ! Ouf, je respire enfin.

Mais ce petit manège ne durera que peu de temps ! Car à force d'aller le voir pour la même raison, je me retrouve avec des doses si petites (10 et 30mg) que je consomme le tout en quelques jours.

Arrive ensuite le jour tant appréhendé, nous sommes le vendredi 26 avril 2019, il est 16h, je prends mon dernier cachet…, et je sais ce qu'il m'attend à la sortie…… !!!
Une panique m'envahie mais j'étais confiant. Etant arrivé à un point de non retour, je me préparai à souffrir, et surtout, j'étais bel et bien décidé à me sevrer afin de reprendre une vie digne d'intérêt.

A peine quelques heures après ma dernière prise, la défaillance s'installe. Je me prépare psychologiquement à vivre un enfer. Je n'ai plus un seul cachet de Morphine chez moi, et je ne connais aucuns autres moyens pour m'en procurer. Sans cela, il est impossible de réussir un sevrage seul, je le sais que trop bien. On tient quelques heures tout au plus.

Je vais donc souffrir le martyr, et je vais devoir tenir car je n'ai pas le choix.
Vous l'aurez compris, je savais ce qu'il m'attendait et il n'y a que dans cette situation qu'un toxicomane peut tenir et vivre un tel calvaire.

Je me suis remémoré la scène d'un film culte, « Trainspotting » de Danny Boyle. Ce moment ou les parents de Ewan Mc Gregor l'enferme dans sa chambre pendant plusieurs jours et où il va vivre un cauchemar interminable.

Un film drôle, déjanté et dramatique, mais qui (Pour ce personnage) se termine bien, en « Happy end ». Une fiction tirée d'un roman qui montre l'addiction des drogues dures de rues, mais qui est de nos jours identique aux citoyens lambda sous ordonnance d'Opioïdes. Cà craint. Je n'ose imaginer le nombre d'overdose qui nous attend dans les années à venir dans notre pays.

Bref, je comprends que tous ces facteurs devaient être réuni pour accepter ce que j'allais vivre…

Comment décrire un sevrage comme celui là ? Difficile. Même avec un vocabulaire bien maitrisé il est laborieux de trouver les mots ! Pourtant, c'est bien le défit de mon témoignage.

Je me lance : …

Comme beaucoup de témoignages sur internet, j'ai bien cru que j'aller crever. Comme enfermé dans une boîte avec mes pires cauchemars. La nuit, quand je ne faisais pas le tour de mon appartement pendant des heures, j'étais dans mon lit et je tournais sur moi-même des centaines de fois sans jamais m'arrêter.

Une dépression intense, un mal être épouvantable, je vomis mes tripes pendant plusieurs jours, je n'ai plus de forces car je ne mange rien depuis 3 jours et je ne dors pas. Je pleure, beaucoup, je crie parfois, tellement je déguste…!

Les jours passent mais les secondes sont interminables. J'ai toujours en tête que tout ira mieux demain, mais d'autres symptômes viennent s'ajouter à mon calvaire. Un mal de crâne à me taper la tête contre les murs, les nausées ne me quittent pas, je transpire énormément, sensations de chaud/froid avec des tremblements incontrôlables.

Qu'ai-je mérité pour vivre un tel acharnement ? Vais-je y rester ? Jusqu'à quand dois-je subir une pareille torture ?

9 jours et 8 nuits, c'est le nombre de jours interminables qu'a duré ce supplice. Mais c'est loin d'être terminé.

Passé ce délai, le moral revient un peu, je me sens très fier d'avoir réussi de tenir à un carnage de cette envergure ! Cependant, je continue de souffrir physiquement et mentalement.

Les 5 jours suivants, les tremblements et les irritations musculaires, ces putains de démangeaisons musculaires dans les jambes et les bras me rendent fou. Je dors 2/3h par nuit. Mes muscles sont comme crispés en permanence et m'empêchent de me reposer. Ajoutez à cela une chiasse bien trempée et une anxiété vraiment tenace. Cette fureur sur mon corps et mon esprit dure maintenant depuis 15 jours, et si cela continue, j'ai bien peur que tout ceci va très mal se terminer.

C'est une expérience épouvantable, vraiment. Une torture interminable qui peut rendre aliéné, voir suicidaire. Jamais je n'aurais imaginé qu'un tel châtiment puisse exister.

Ce fut dans la nuit du 15/16 jour que je fini par dormir correctement. Quel bonheur ! Presque tous mes symptômes ont disparus ! Ralala, quelle victoire ! 15 jours sans Morphine, est-ce possible ? Oui, je l'ai fais bordel. J'ai le sentiment d'avoir gravi le plus haut sommet du monde qu'est l'addiction.

Mon corps et mon esprit commencent à me dire merci. Mon cerveau va bien, et il me le fait savoir. Je mange, je dors, j'écoute de la musique, je sors de chez moi, je joue et je rie beaucoup plus qu'avant avec mon fils. Les tâches du quotidien reviennent, l'envie de faire des choses est de nouveau actuelle.

Bref, je suis sevré, à l'écoute de mon corps, et toutes mes sensations deviennent naturelles. Je me sens vivant, libre et en bonne santé. Une intense gratitude m'envahie, la plus interminable de toutes les tortures est derrière moi. C'est comme si j'étais entrain de me réveiller d'un coma éveillé qui aura durée 2 longues années.

Je réalise également que pendant tout ce temps, je n'ai quasiment jamais écouté de musique, et que je n'ai rien composé. Cette musique que j'aime tant, qui a toujours été mon équilibre, ma joie de vivre, avait disparue. Je prends également conscience que je suis resté enfermé chez moi pendant trop longtemps avec une conduite artificielle. J'étais sédaté H24…

Cet Opioïdes qu'est la Morphine m'a volé 2 ans de ma vie, tel un zombie anesthésié errant dans un brouillard sans fin. C'est encore difficile pour moi de le reconnaître, mais je réalise maintenant que ce soit disant médicament miracle contre la douleur a fait de moi un toxicomane, un drogué en manque qui ne pensait qu'à sa prochaine dose pour aller mieux.

C'est difficile à accepter mais çà y est, je sais que je suis libéré de ce tunnel sans fin.
Je réalise aussi avec effroi que pendant tout ce temps, j'ai causé du tort à mon entourage, de l'inquiétude, que j'ai souvent déçu et fais des choses vraiment pas sympas.

Je me sens aujourd'hui comme un survivant. Sans déconner, j'ai vraiment dégusté. Rares sont les personnes qui réussisse un sevrage sec comme je l'ai fais.

On estime que le sevrage « A la dure » des Opioïdes termine souvent par une rechute. En effet, c'est parfois le cas. Mais il faut tenir compte du mode de vie dans lequel on consomme cette drogue.

Pour ma part, je sais d'avance que c'est gagné. Je ne connais pas le milieu de la drogue illégale, seulement celle sur ordonnance. Je n'ai donc plus aucuns moyens pour m'en procurer. Personne dans mon entourage n'est susceptible de m'influencer et les seuls produits disponibles en pharmacie qui feraient le bonheur des toxicomanes ne sont plus disponibles sans ordonnance.

Et puis, après avoir subi un tel cauchemar, il faudrait être sado maso ou complètement taré pour prendre le risque de vivre à nouveau un truc pareil !

Cà c'est mon point de vue et çà n'engage que moi. Je suis également très loin d'être naïf, le risque zéro n'existe pas. Mais je pense aussi que l'on a tendance à oublier la puissance de notre mental.

Si vous vous reconnaissez dans mon témoignage, que mes conditions vous parlent, et que vous êtes sur le point de vouloir essayer un sevrage comme le mien, alors je vous encourage à le faire ! Vraiment !

Vous savez maintenant ce qu'il vous attend. Vous aller en chier, mais vous allez en chier comme c'est pas permit.

Mais franchement, sans déconner, 15 jours dans une vie c'est quoi ? Nada. Préparez-vous mentalement à accepter une intense souffrance, mais une pénitence qui va vous libérer d'une cellule carcérale à perpétuité.

Comme je l'ai mentionné plus haut, le risque d'Overdose est aujourd'hui alarmant ! Etes-vous vraiment prêt à risquer votre vie pour des putains de pilules ? Votre vie ou votre liberté n'a t'elle pas plus de valeur que çà ?

Je passe pour un donneur de leçon, je sais. Mais, malgré cette épreuve, je souhaite juste en motiver plus d'un !

Le Baclofène m'a sauvé de l'alcool, mon sevrage à la Codéine et son interdiction sans ordonnance également. Pour la Morphine, c'est à nouveau ce sevrage et l'impossibilité de m'en procurer qui va me permettre de ne pas replonger.

J'espère m'être exprimé de manière compréhensible, que mon témoignage pourra en aider certains, et pour d'autres, vous ouvrir les yeux sur votre addiction.

Bah oui, on va pas se mentir, si vous lisez ceci, çà n'est certainement pas pour vous divertir ;) !

Force & Honneur ;)