© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Que faire après le sevrage physique du tramadol ?

Par Profil supprimé Postée le 23/09/2019 20:08

> Malheureusement j'ai été victime d'une agression sexuelle (sans pénétration car je me suis débattue de mon agresseur à temps) en 2009. J'ai réussi à m'enfuir mais pendant l'agression je me suis faite très mal au dos et aux genoux.Suite à mes douleurs, mon médecin m'a donné du tramadol qui non seulement m'a soulagé ma douleur physique mais surtout ma douleur mentale. J'ai fait une dépendance pendant 10 ans. Je suis sevrée à 100% depuis 1 mois. Mais la, j'ai besoin d'aide pour traiter ma douleur mentale. J'ai cette tristesse en moi alors que je suis de nature une personne joyeuse et positive.Je suis allée voir un psychiatre il y a 15 jours et il m'a mis sous Cymbalta 60mg mais j'ai très mal réagis sur le médicament avec palpitations, sueuers, crise de panique, le cerveau qui brulait de l'intéreur, ... donc j'ai tout de suite arrêté. Quand je lui ai dis, il m'a représcrit du Cymbalta mais 30 mg. Je n'ai pas envie de commencer ce traitement car j'ai peur d'avoir la même mauvaise réaction. Et je me demande si j'ai vraiment besoin de cela. Je ne veux pas recommencer un médicament apres avoir enfin arrêté le tramadol.Qu'en pensez vous ? Est-ce oubligé de passer par un anti dépresseur après une dépendance au tramadol ? Ou est-ce qu'avec le temps et des séances avec un psychologue je pourrais me remettre de cette tristesse que je ressens suite à cet évènement ?

Mise en ligne le 26/09/2019

Bonjour,

Nous comprenons que vous êtes sortie d’une addiction au Tramadol, médicament qui vous avez été prescrit suite à une agression.

Vous nous expliquez que ce produit vous a notamment aidé à traverser « la douleur mentale » qui a pu découler de cette agression. Cette forme de souffrance a pu resurgir suite à votre sevrage au Tramadol.

Il nous est difficile de nous prononcer sur le diagnostic et les prescriptions de votre médecin psychiatre à partir de la place qui est la nôtre.

Nous pouvons cependant émettre l’hypothèse que la souffrance que vous ressentez a pu résulter d’un traumatisme découlant de votre agression.

Beaucoup de personnes ayant vécues des traumatismes se tournent vers les produits pour tenter de diminuer leur souffrance. Néanmoins les émotions en lien avec ce type d'évènement peuvent en effet ressurgir notamment à l'arrêt des consommations.

Il est positif que vous ayez commencé cette démarche de soin avec un psychiatre même si le dosage médicamenteux qu'il vous a prescrit ne semble pas vous convenir actuellement.

La prise d'un traitement suite à l'arrêt du Tramadol n'est pas forcément un passage « obligé », cela dépend de nombreux facteurs que le psychiatre se charge d'évaluer selon votre situation individuelle.

Nous entendons votre désir légitime de vous délivrer de cette souffrance qui resurgit . Il existe différentes pistes pour y arriver sans pour autant qu'aucune soit « universelle » et s'applique pour tout le monde.

Il pourrait en effet être très utile de vous tourner vers un suivi psychologique pour vous aider.

Nous pouvons également vous suggérer de vous renseigner sur une forme de thérapie nommée EMDR, dispensée par certains psychiatres et psychologues.

C'est une forme de thérapie basée sur les mouvements oculaires et qui présente de bons retours chez les personnes ayants été confrontées à des évènements traumatisants dans leur parcours de vie.

Il nous est cependant difficile de vous dire avec assurance que cette forme d'accompagnement en particulier vous conviendra.

Nos écoutants sont disponibles si vous souhaitez échanger davantage sur votre situation et explorez les possibles.

Nous sommes accessibles 7j/7j, par téléphone au 0800 23 13 13 (anonyme et gratuit) de 8h à 2h du matin ou par le Chat de notre site Drogues Info Service de 14h à Minuit.

Avec tous nos encouragements à continuer à prendre soin de vous.

Bien cordialement.