© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Sevrage ixprim / insomnie

Par Profil supprimé Postée le 14/12/2019 00:31

Bonsoir,

Je suis une jeune femme de 26ans. Suite à des douleurs dorsales chroniques, j'ai commencé à prendre des antalgiques de palier 2 quotidiennement depuis maintenant 7 ans. Plusieurs années sous codoliprane , puis izalgie/lamaline .. et dernièrement le fameux ixprim depuis environ un an. Ma posologie était de 2 cp / jours voire 3 de 37.5mg.

Un jour où mes douleurs étaient moins importantes, j'ai décidé d'en profiter pour arrêter.. arrêt également motivé par l'envi de fonder une famille.
et là, catastrophe !
Le jour même, au vu de mon mal-être global, j'en discute avec un collegue infirmier anesthésiste.. qui, il y a plusieurs années, s'était sevré de ce médicament. Sur ces conseils, j'entame un sevrage progressif.. diminution à 1 cachet et demi , 1 cachet , un demi puis arrêt.

Aujourd'hui, cela fait une semaine que j'ai arrêté..
La journée, je gère plus ou moins mes douleurs (aidé par des séances de kiné et de cryothérapie , tapis chauffant , crème chauffante)
La nuit , je vis un véritable enfer .. je m'endors 2h puis " la fiesta "commence ! Douleur, agitation +++ (impossible de ne pas bouger , un vrai vers de terre ...) et surtout cette sensation/gène inexplicable qui envahit tout mon corps ... parfois localiser dans les bras ou autres .. cela dépend. J'arrive ensuite à me rendormir un peu et me re réveille pendant des heures etc. Bref, je dois dormir environ 4h par nuit

Niveau psycho, je vais bien .. mais je commence à être épuiser par le manque de sommeil.

Un des médecins avec qui je travaille m'a prescrit du lexomil ..que je n'ai évidemment pas pris car je ne veux pas retomber dans une autre dépendance...

Je suis désemparée par ma situation.. je prends mon mal en patience...
Si vous avez des conseils à me donner pour passer ce cap difficile ...

Signée une infirmière fatiguée

Mise en ligne le 20/12/2019

Bonjour,

Les symptômes que vous décrivez relèvent des manifestations du manque fréquemment éprouvées à l’arrêt de ce type d’antalgiques suite à des usages réguliers. Nous ne savons pas en combien de temps vous avez arrêté complètement d’en prendre mais, bien qu’ayant procédé à une diminution progressive des dosages, il est possible que vous ayez trop rapidement diminué et arrêté provoquant ainsi ces réactions de votre métabolisme.

Il est nécessaire en effet à chaque palier de prendre suffisamment de temps avant de descendre encore dans le dosage et ainsi éviter ou amoindrir le syndrome de manque. Il nous sera compliqué de vous dire la durée pendant laquelle vous pourriez encore vous sentir en difficulté, c’est très variable d’une personne à l’autre. Si cela s’avère trop pénible pour vous, peut-être pouvez-vous vous rapprocher de votre médecin prescripteur pour prendre conseil et être accompagnée pour la suite. Il vous serait également possible d'être reçue en CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) de manière confidentielle et gratuite si vous préferez être accompagnée par des professionnels de l'addictologie.

Nous restons bien entendu disponibles dans le cas où vous auriez besoin de revenir vers nous. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ainsi que par Chat de 14h à minuit.

Avec tous nos encouragements dans la poursuite de votre démarche.

Cordialement.