

Vos questions / nos réponses

## Des idées pour tenir contre les symptômes de sevrage dû à la codéine ?

Par [Profil supprimé](#) Postée le 09/01/2020 13:59

Bonjour à tous,

Tout d'abord, je souhaite une excellente année à tous ceux et celles qui liront mon post.

Mon expérience avec la codéine en quelques phrases :

Étant une femme avec des règles très très très dououreuses, il y a plus de 7 ans mon médecin généraliste m'avait prescrit du Dafalgan codéiné (j'ajoute que j'avais essayé différents médicaments pour les règles dououreuses et rien n'y faisait)

Les effets secondaires me plaisaient énormément mais surtout le soir au coucher je me sentais bien plus que le cannabis, qui ne me faisait plus effet depuis un certain temps.

7 ans à magouiller avec différents médecins différentes pharmacies pour avoir ma dose.

Aujourd'hui, cela fait 5 jours que j'ai arrêté d'en prendre, même pas un seul comprimé malgré des ordonnances médicales encore valable à la maison.

5 jours de symptômes : nausées, diarrhées, mal de dos le 1er jour, sueurs nocturnes et insomnies.

Sans manquer la perte d'appétit, aucun plat me fait envie. Juste café clope

Ma question est comment je pourrais supporter ces symptômes et surtout le manque de motivation ?

Je ne suis pas sortie de chez moi depuis ces 5 jours malgré l'envie de temps à autre.

Je tiens à préciser que je prenais 1 plaquette entière tous les soirs, ça pouvait être de l'antarene, du klipal ou du Dafalgan codéiné.

Pensez-vous que des vitamines pourraient m'aider et que l'immodium pourrait agir contre les crampes aux ventre dû au sevrage ?

Je vous remercie pour votre temps.

Bonjour,

Nous vous prions de nous excuser du retard à vous répondre, vous remercions pour vos vœux et à notre tour vous souhaitons une heureuse année. A la formulation de votre message, nous pensons qu'il s'adresse peut-être à des lecteurs sur un forum ou un espace de témoignages hors vous êtes ici sur un espace de question/réponse en lien avec des professionnels. Nous vous joignons les liens qui vous permettront d'accéder au « forum » et au « témoignages » de notre site si vous le souhaitez.

Cependant, pour répondre à votre question concernant les effets au sevrage, à la suite d'un usage répété d'opioïdes, tel que celui que vous décrivez, une dépendance peut se développer et un syndrome de sevrage apparaît à l'arrêt ou au cours de la diminution. Il est marqué par des symptômes tels que ceux évoqués dans votre message.

Ces manifestations regroupées sous l'appellation d'un syndrome de sevrage, débute généralement 24h après l'arrêt de la consommation pour atteindre un pic entre 48 et 72 heures et disparaît après une semaine environ. Il est possible qu'au moment où vous lisez ce message, vous soyez libérée des effets indésirables au sevrage.

Dans le cas contraire, sur les questions de traitement médicamenteux en réponse à ces manifestations, nous vous invitons à vous rapprocher d'un professionnel de santé spécialisé sur la question de la dépendance avec qui vous pourrez évoquer vos difficultés tant sur le plan physique que psychique.

Vous pourrez trouver ce type de professionnel dans un Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) dans le cadre d'une consultation individuelle, confidentielle et gratuite destinée aux usagers qui souhaitent bénéficier d'un soutien ou d'une aide à l'arrêt ou à une meilleure gestion du produit. Nous vous joignons un lien ci-dessous.

Si vous le souhaitez, vous pouvez également nous contacter de façon anonyme et gratuite 7 jours/7 par téléphone au 0 800 23 13 13 de 8h à 2h ou par chat de 14h à minuit.

Cordialement

---

**Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :**

---

**Pôle addictologie du Centre Hospitalier Joseph Ducuing**

15, rue de Varsovie  
31027 TOULOUSE

**Tél :** 05 61 77 34 48

**Site web :** [www.hjd.asso.fr](http://www.hjd.asso.fr)

**Secrétariat :** Du lundi au vendredi de 8h30 à 17h30

[Voir la fiche détaillée](#)

**En savoir plus :**

- [Forums Drogues info service](#)
- [Témoignages Drogues info service](#)