© Drogues Info Service - 7 décembre 2025


Vos questions / nos réponses

# Sevrage cideine

Par Profil supprimé Postée le 04/02/2020 11:19

> Bonjour j'ai 45 ans, infirmière et malheureusement 20 ans de codéine derrière mois, a doses qui restent thérapeutiques certes (pas plus de 8 grand maxe Efferalgan codéine / jour).
> J'ai essayé le sevrage progressive qui ne marche pas du tout pour moi, je reviens toujours a la dose initiale. J'ai donc pris mes derniers cachets de codéine dimanche soir avec la ferme intention de faire un sevrage sec. J'ai de l'atarax 25 prescrit par mon médecin qui aide pour les craving mis le corps morfle ( digestif et musculaires). Combien de temps cela va y il durer?

---

**Mise en ligne le 05/02/2020**

Bonjour,

Nous comprenons que la situation soit difficile à vivre pour vous et nous tenons à vous encourager dans votre démarche d’arrêt.

Le syndrome de sevrage peut durer une semaine environ, avec un pic entre 48 et 72 heures. Pendant cette période, vous pouvez ressentir certains symptômes tels que de la transpiration, de l’anxiété, des gênes abdominales et comme vous nous le décrivez des troubles digestifs. Passé cette période de sevrage, une étape qui peut s’avérer difficile en fonction de l’intensité des symptômes, le craving peut lui se manifester plus longtemps. Vous trouverez de plus amples informations dans la rubrique « dépendance » de la fiche informative sur les opioïdes, dont nous vous joignons un lien en fin de réponse.

L’état de mal être qu’entraine le sevrage à la codéïne peut être un frein à l’arrêt et il est parfois nécessaire de rencontrer des professionnels pour avoir de l’aide. Ils pourront également vous aider à identifier les raisons qui vous poussaient à consommer et vous aider à trouver d’autres « solutions » afin de faire perdurer votre sevrage dans le temps.

Il existe des structures spécialisées en addictologie, ce sont les CSAPA (Centres de Soins, d’Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Des professionnels tels que des médecins addictologues, des infirmières ou encore des psychologues proposent d’accompagner et de soutenir les personnes ayant un problème de dépendance sur le plus ou moins long terme. Les consultations y sont

gratuites et confidentielles. Nous vous joignons des adresses de structures dans votre département en fin de réponse, ainsi qu'un lien vers la rubrique « adresses utiles » de notre site si vous souhaitez affiner la recherche.

Enfin, n'hésitez pas à nous recontacter si vous souhaitez discuter davantage de la situation avec un de nos écoutants, ils sont aussi là pour cela. Nous sommes disponibles tous les jours de 8h à 2h du matin au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) et par Chat de 14h à minuit.

Bien à vous.

---

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

---

### Antenne du Csapa CEID Addictions à Arcachon et consultation jeunes CAAN'abus

Boulevard du général Leclerc
**33120 ARCACHON**

**Tél :** 05 56 83 11 12
**Site web :** ceid-addiction.com/services/centres-daccueil/
**Secrétariat :** Du lundi au vendredi de 9h00 à 13h00 et de 14h00 à 17h00
**Accueil du public :** Sur rendez-vous du lundi au vendredi de 9h à 17h

Voir la fiche détaillée

### CEID -CSAPA Consultation avancée et Consultation jeunes CAAN'abus à Barsac

10 avenue Franck Chassaigne
**33720 BARSAC**

**Tél :** 05 56 44 84 86
**Site web :** ceid-addiction.com/services/centres-daccueil/
**Secrétariat :** du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h (secrétariat du CEID à Bordeaux)
**Accueil du public :** Lundi de 10h à 18h (pause méridienne variable) pour la consultation avec le médecin
**Consultat° jeunes consommateurs :** un Mercredi après-midi sur deux, uniquement sur rdv au 06 21 34 24 81

Voir la fiche détaillée

### CAAN'Abus- Consultation Jeunes Consommateurs

41 Rue Sainte Colombe
**33000 BORDEAUX**

**Tél :** 05 56 01 25 66
**Site web :** ceid-addiction.com/services/jeunes/
**Consultat° jeunes consommateurs :** Lundi, mardi, jeudi et vendredi : 9h30-13h / 14h-17h et Mercredi : 14h-18h
**Autre :** HANGOVER Café (dispositif mobile de prévention et de réduction des risques). Jeudi, vendredi et samedi soir : 22h-2h à la Victoire et 2h-7h sur le Quai de Paludate ou Bassin à flot

Voir la fiche détaillée

## CEID Addictions - Centre Maurice SERISÉ

24, rue du Parlement Saint-Pierre
**33000 BORDEAUX**

**Tél :** 05 56 44 84 86
**Site web :** ceid-addiction.com/services/centres-daccueil/
**Secrétariat :** du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h
**Accueil du public :** du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 17h, sauf mercredi matin
**Centre :** Pour l'analyse de produits contacter le 07 50 54 48 07

Voir la fiche détaillée

## Association Addictions France - CSAPA de Bordeaux

67, rue Chevalier
**33000 BORDEAUX**

**Tél :** 05 57 57 00 77
**Site web :** addictions-france.org/etablissements/csapa-de-bordeaux/
**Accueil du public :** Du lundi au Vendredi de 8h30 à 19h (sauf vendredi jusqu'à 17h)
**Secrétariat :** Du lundi au jeudi de 8h30 à 19h. Le vendredi de 8h30 à 17h.
**Consultat° jeunes consommateurs :** Sur place ou avec le dispositif CAAN'ABUS Bordeaux : 41 rue Sainte Colombe

Voir la fiche détaillée

## Association Addictions France -CSAPA- Consultation avancée à St-André de Cubzac

49 rue Henri Groues
**33240 SAINT ANDRE DE CUBZAC**

**Tél :** 05 57 57 00 77
**Site web :** addictions-france.org/
**Secrétariat :** Du lundi au jeudi de 8h30 à 19h. Le vendredi de 8h30 à 17h.
**Accueil du public :** du lundi au vendredi. Consultations assurées par psychologue, infirmier et travailleur social

Voir la fiche détaillée

## Association Addictions France-CSAPA- Consultation avancée à Castelnau de Médoc

1 B rue André Audubert
Pôle Territorial Solidarité
**33480 CASTELNAU DE MEDOC**

**Tél :** 05 57 57 00 77
**Site web :** addictions-france.org/
**Secrétariat :** Du lundi au vendredi de 8h30 à 19h (sauf vendredi jusqu'à 17h)
**Accueil du public :** Vendredi de 9h à 16h. Consultations assurées par psychologue et infirmier

Voir la fiche détaillée

## Association Addictions France-CSAPA- Consultation avancée à Mérignac

419 avenue de Verdun
**33700 MERIGNAC**

**Tél :** 05 57 57 00 77
**Site web :** addictions-france.org/
**Secrétariat :** Prendre rendez-vous au secrétariat principal de Bordeaux du lundi au vendredi de 8h30 à 19h (sauf le vendredi jusqu'à 17h)
**Accueil du public :** Jeudi et vendredi de 9h à 17h. Consultations assurées par psychologue et travailleur social

Voir la fiche détaillée

## Association Addictions France-CSAPA- Consultations Jeunes Consommateurs à CREON

11 rue du Docteur Fauché
**33670 CREON**

**Tél :** 05 57 57 00 77
**Site web :** addictions-france.org/
**Secrétariat :** Du lundi au vendredi de 8h30 à 19h (sauf vendredi jusqu'à 17h)
**Consultat° jeunes consommateurs :** Consultations assurées par un psychologue le 4ème mardi du mois de 14h à 19h

Voir la fiche détaillée

**En savoir plus :**

- Adresses utiles du site Drogues info service
- Les médicaments opioïdes