© Drogues Info Service - 17 juin 2025

Forums pour les consommateurs

Sevrage aux opiacés Jour par jour

Par Profil supprimé Posté le 10/03/2020 à 09h30

Bonjour,
Cela va faire 8 mois que j'ai un problème de dos j'ai mal du bas du dos jusqu'à l'orteil, la douleur est tellement forte que de temps en temps je pourrais me couper la jambe.
Bref, durant la phase d'analyse, pour trouver l'origine de la douleur, on m'a prescrit des médicaments. Je suis passé par de du doliprane, codoliprane, izalgy, lamaline. Sans effet sur cette putain de douleur.

Le médecin remplaçant (mon médecin était en congés) m'a expliqué qu'il fallait passer à quelque chose de plus fort : la morphine. Me voilà donc cette saloperie de drogue et surtout sans aucune explication de mon médecin sur les dangers qui en résultent. J'ai commencé en septembre avec comme dose 5mg en LP matin et soir avec 3 inter dose à diffusion immédiate si douleur.
Comme beaucoup de monde, ne faisant plus effet, je suis passé à 10, 20, 30, 40 et 50 mg.

Quelques temps après, j'ai dû subir une opération afin de supprimer la douleur. Quelle joie au réveil de l'opération de ne plus avoir cette douleur ! Je suis sortie le lendemain de l'opération et tout aller bien. Sauf que quelques heures après je me sentais super mal. J'ai mal dormi j'avais chaud, froid je suais énormément et j'avais l'impression d'être le lendemain d'une séance de 50 heures de musculation. Je ne comprenais pas ce qu'il se passait, comme j'avais cette sensation de douleur j'ai repris un peu de morphine et tout est revenu dans l'ordre., Malheureusement quelques jours après l'opération cette saloperie de douleur m'a retrouvé et me lâche plus depuis !

Je suis donc retourné chez mon médecin qui est de retour, et je lui explique mes problèmes. Il m'explique que je suis devenu accro comme un toxicomane et que je suis maintenant « narco dépendant » ce terme m'a mis à double uppercut. J'ai mis 5 bonnes minutes à encaissé ce terme.
Il m'a donné ma dose via une ordonnance point ! point ???? Moi cela ne me va pas du tout. J'ai donc chercher sur internet (comme beaucoup de monde) et je trouve des témoignages inquiétants sur le sevrage. Je retourne voir mon médecin et je retombe sur son remplaçant en lui expliquant que je arrêter cette merdre en pilules ! Et malheureusement pour moi il en sait pas comment faire et me prend un RDV à la CSAPA. J'ai eu la chance d'avoir un RDV rapidement. Au RDV j'explique mon problème et me dit que ce n'est pas la CSAPA mais le IDT qu'il faut voir. Il prendre un RDV que j'ai rapidement et après une énième explication sur mon addiction, la personne semble désemparée car je en corresponds pas à la personne type et elle veut interroger le médecin pour savoir quoi faire. 3 jours après j'ai eu un appel pour me dire qu'ils ne peuvent pas me prendre en charge à cause de la douleur persistante.

Je me retrouve seul comme un con sans pouvoir faire quelque chose avec cette foutue addiction ! MERDE !!!!!!!!!!

Je retourne vois le médecin remplaçant en lui expliquant que je ne partirai pas sans avoir une aide. Il enfin finit pas trouver un médecin addictologue. J'ai eu la chance d'avoir un RDV sous 4 jours.

Je refais toute l’explication et me donne un plan d’action :

Baisser de 10mg de morphine tous les 3 à 5 jours.

Hier le 10/03 c’était mon premier jour sans rien :
J’ai passé une journée horrible avec un mal être profond et une dépression intense le moral dans les chaussettes ! J’ai chaud et froid en même temps et je sue comme une bête. Je me sens comme Wolverine quand il lui on mit l'adamantium sur les os, j’ai l’impression de peser 400 KG que mes os sont brulant, des courbatures à n’en plus finir et un RDV aux toilettes toutes les 10 minutes. Et surtout je suis super énerver. Je suis comme un poisson rouge, je n’arrive pas à me concentrer plus de 5 minutes. Je m’ennuie à en crever et je n’ai aucune motivation à faire quoi que ce soit. Et j’ai passé une nuit à me réveiller toutes les 30 minutes de douleurs musculaires et abdominales.

Aujourd’hui c’est mon deuxième jour sans aucune morphine, je vais être grossier mais nom de dieu de putain de bordel de merde de connard d’enculer de sa mère que c’est dur le sevrage.

Honnêtement je ne sais si je vais tenir encore longtemps, mais le médecin m’a gardé une place pour me faire hospitaliser si vraiment je n’y arrive pas. Mais faut pas que je lâche.

Je viendrai mettre à jours mon poste jour par jour.

A.

7 réponses

Moderateur - 10/03/2020 à 11h21

Bonjour,

Tenez le coup ! Oui c'est ultra dur et vous morflez. Avoir le moral dans les chaussettes et connaître des hauts et des bas très rapidement c'est normal en cette période de votre sevrage. Demain sera encore dur mais dès après-demain vous verrez que cela commence à diminuer. D'ici une semaine cela sera pour l'essentiel terminé.

Allez courage !

Vous pouvez aussi appeler notre ligne d'écoute pour en parler.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 10/03/2020 à 14h58

le 3ème jour? Pourquoi moi qui pensais avoir fait le plus dur

J'ai eu par le docteur des anti inflammatoires car je ne supporte plus les douleurs sur les avants bras.
Demain niveau planning, je vais me bouger le cul en faisant du vélo environ 50 minutes et en prenant un bain

bien chaud (je pense le faire 3 fois).

C.

Moderateur - 10/03/2020 à 15h15

Bonjour,

Les 3 premiers jours sont réputés les plus difficiles et cela vous aide à tenir de savoir qu'après cela va commencer à aller mieux. Les anti-inflammatoires vont probablement introduire un mieux être dès demain alors oui, cela ira peut-être déjà mieux dès demain !

Très bonne idée les bains chauds, cela aide à se détendre, notamment les muscles.

Pour le vélo il faudra voir si vous y arrivez vraiment (à cause des douleurs musculaires notamment) mais si ce n'est pas le cas une bonne marche sera déjà une aide.

Bravo, continuez !

Le modérateur.

Profil supprimé - 11/03/2020 à 00h58

Bon sincèrement tu vas en chier, déprime et tous le délire ça va pas être simple.

Mais surtout ne fait pas la connerie de compenser par un autre médoc à la con, si j'ai un conseil à te donner essaye le cannabis commence par le CBD il n'y a pas de THC tu ne sera pas défoncer.

Le cannabis va clairement t'aider à te calmer et surtout à dormir tu ne sera pas accro comme tes médocs à la con.

Alors oui le cannabis c'est une drogue et même si tous le monde le banalise il ne faut pas ce dire que ce n'est pas sans conséquence, si tu ne te renseigne pas avant.

Si je peux te donner des conseils sur le cannabis.

Tu vas pouvoir te détendre plus facilement sans risque OD et tu peux le consommer sous BEAUCOUP de forme (fumer, manger...)
Sache une chose si tu commences à te sentir mal avec le cannabis je te recommande de manger du sucre un bonbon ou un gâteau.

Si tu décide de prendre du cannabis à consommer et la je te préviens ne prend JAMAIS un deuxième gâteau au cannabis car même après 2h tu peux ne rien sentir, tu vas en manger un deuxième et tu vas commencer à rigoler et te sentire bien defoncer. Le soucis c'est que la tu viens de digérer seulement le premier.

Franchement ton médecin ne peux rien faire sauf remplacer une drogue par une autre et ça va être vraiment l'enfer. Tu n'a rien à perdre à essayer de remplacer de la merde par du cannabis.

Bon courage à toi,

"consommer intelligemment pour éviter les risques"

Profil supprimé - 11/03/2020 à 05h59

Bonjour,

Voici la suite :
Cette nuit n'a pas était si horrible que cela je me suis réveillé toutes les heures à cause du chaud froid qui commence à me taper sur le système, c'est franchement enquiquinant. Mais j'ai des nouveaux symptômes : Des fourmis un peu partout, mais elles doivent être radioactives ou je ne sais quoi car j'ai l'impression qu'elles sont gigantesques sous la peau, et j'ai aussi de temps en temps des décharges électriques et ça c'est super chiant, ça arrive sans prévenir et cela repart aussi sec.

Mon programme du jour à changé car la douleur dans ma jambe est bien trop forte pour faire du vélo, c'est con hier je n'avais pas trop mal. Je vais donc marcher un peu faire les vitrines pour me changer les idées et manger (enfin essayer) ce midi avec un pote. Ensuite, je vais emmener mes enfants à la danse et rester regarder.

A.

Profil supprimé - 11/03/2020 à 08h51

Salut Matandre,

Je vais apporter des explications:

Quand j'étais plus jeune j'ai beaucoup fumer du cannabis pendant 2/3 ans puis j'ai arrêté, mais j'ai continué la clope.

Il y a 4 ans suite à un diagnostique peu encourageant on m'a demandé de perdre du poids.

J'ai donc fait un régime et arrêté de fumer (j'ai perdu 50 kg).

J'ai essayé le cdb en infusion et même à fumer et franchement je n'ai strictement rien ressenti même pas une petit effet relaxant et pourtant j'ai plus (si je ne me trompe pas du 19%)

Les cachets que j'ai eu ne sont pas addictif, je ne risque rien de ce côté, mais comme j'ai bien appris ma leçon, je n'en prendrais pas plus de 4 jours d'affilés afin d'être certain de ne pas être accro.

A.

Moderateur - 11/03/2020 à 09h16

Bonjour,

@Matandre : merci pour vos conseils cependant ils méritent quelques précisions. Il faut distinguer le CBD sans THC et le cannabis contenant du THC. Le premier est un produit non psychoactif ou modérément psychoactif toléré et le second un produit psychoactif illégal. On ne peut pas parler de "cannabis" dans les deux cas, même si le CBD est un cannabinoïde, sinon on ne comprend pas de quoi vous parlez. Quoiqu'il en soit aucun des deux ne fait l'objet d'une validation pour aider à arrêter un opiacé. Par contre des usagers de ces substances témoignent que parfois cela a pu les aider à amortir la crise de manque ou à limiter l'envie d'en reprendre. Mais c'est au cas par cas, en fonction de la situation de chacun et cela peut ne pas du tout être le

cas pour d'autres comme en témoigne dans sa réponse Accrosanslesavoir. Par ailleurs il faut arrêter un peu avec ce déni : le cannabis est bien une drogue donc l'utiliser dans le cadre d'un sevrage d'opiacé c'est bien "remplacer une drogue par une autre" selon vos propos ou du moins proposer une drogue pour se passer d'une autre. Il faut enfin prêter un peu de crédit aux médecins : ils ne sont pas tous là pour faire n'importe quoi et prescrire n'importe quel médicament. Parfois ils n'informent pas bien leurs patients et peuvent ne pas les suivre suffisamment pour prévenir certains risques mais un médicament reste une substance validée pour un usage thérapeutique. Ce sont certes, parfois, des "drogues" mais s'il sont prescrits pour l'usage pour lequel ils sont prévus, dans les posologies prévues et pour des durées limitées alors c'est l'effet thérapeutique qui primera et les risques associés seront limités.

@Accrosanslesavoir : ces symptômes vont rapidement disparaître. Tant mieux si la nuit n'a pas été si horrible que cela. C'est bon signe pour la suite. Aujourd'hui risque d'être encore compliqué mais bravo pour votre programme. Nous espérons que vous pourrez le mener à bien. Si ce n'est pas le cas pas de panique : de bons bains chauds, de la nourriture légère pour vous donner plus de chances de pouvoir l'avaler, une ou deux activités plaisantes et faciles pour vous pour faire diversion et si quelqu'un peut vous faire un massage cela pourrait être un plus. Courage encore pour cette journée. Après celle-ci vous aurez sans doute fait le plus dur.

Cordialement,

le modérateur.