© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Tramadol

Par Profil supprimé Postée le 19/04/2020 16:01

> Bonjour, Après avoir eu les ligaments de distendue à la cheville, on m'a presquis un traitement TRAMADOL 50mg (matin, midi et soir) pendant 2 mois. Le problème est que ça fait un mois,et je n'arrive pas à arrête. J'avais déjà augmenter la dose pendant mon traitement et là c'est de pire en pire, j'en dépend, si je le prend pas,je me sens mal. Comment faire ?

Mise en ligne le 22/04/2020

Bonjour,

Le tramadol est un médicament antalgique faisant partie de la famille des opiacés connus pour provoquer une dépendance lors d'un usage prolongé. Les difficultés que vous éprouvez à arrêter sont vraisemblablement en lien avec les manifestations physiques comme psychiques d'un syndrôme de sevrage. Cela se produit le plus souvent en cas d'arrêt brutal, cela n'a rien de dangereux mais ce peut être très éprouvant à vivre et ainsi mettre possiblement en échec la tentative d'arrêt. Les symptômes de manque, leur intensité et leur durée sont assez variables d'une personne à l'autre. Nous vous joignons ci-dessous un lien qui vous renseignera sur les principaux points d'informations à connaître sur les opioïdes.

Comme nous l'évoquions plus haut, bien que pénible à vivre, le sevrage brutal est possible. Lorsque ça ne l'est pas, que le manque est trop dur à supporter, une autre possibilité est de diminuer les dosages très progressivement et par paliers successifs, voire d'envisager la prise d'un TSO (Traitement de Substitution aux Opiacés). Quelle que soit la voie choisie, il peut s'avérer très utile et aidant d'étre épaulé et guidé dans cette démarche, que ce soit par le médecin prescripteur initialement de l'opioïde ou par un médecin plus spécialisé en CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Dans les situations où s'est "noué" un lien psychologique à la molécule, parce qu'elle a apporté un soulagement ou un mieux-être psychique qui auraient favorisé le développement de la dépendance par exemple, la mise en place d'un accompagnement psychologique est vivement encouragé.

L'intérêt de la consultation en CSAPA c'est que le parallèle entre suivi médical et suivi psychologique sera possible dans un même centre puisqu'exercent dans ces lieux des équipes pluridisciplinaires (médecins, psy, travailleurs sociaux), ce qui favorise une prise en charge globale de chaque personne . Par ailleurs, et ce peut être intéressant également de ce point de vue, les consultations en CSAPA sont individuelles, confidentielles et non payantes. Nous vous joignons à toutes fins utiles le lien vers la rubrique "Adresses utiles" afin que vous puissiez, si vous le souhaitez, trouver des coordonnées de CSAPA près de chez vous.

Notre service reste bien entendu disponible si vous avez 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 vos démarches.

Cordialement.

En savoir plus :

- "Les opioïdes"

Autres liens :

- "Adresses utiles"