

Vos questions / nos réponses

# Tramadol

Par [Profil supprimé](#) Postée le 09/02/2021 12:02

Bonjour j'ai prit 3 semaines de tramadol et j'ai commencé à faire n'importe quoi niveau dosage j'en prenais beaucoup trop j'ai eu peur j'ai tout stoppé samedi sans baisse mais voilà j'ai un sevrage très difficile je ne tiens pas debout diharee maux de tête fatigué extrême est ce que je peux prendre autre choses pour minimiser ces effets svp j'ai 3 enfants et ne peux rester coucher comme ca je suis au bout

---

**Mise en ligne le 11/02/2021**

Bonjour,

Le tramadol est un antalgique opioïde. C'est un médicament généralement utilisé contre la douleur qui peut provoquer une dépendance ou une addiction lorsqu'il est pris de manière prolongée.

Il est conseillé de diminuer progressivement la prise lorsque l'on se dirige vers un arrêt pour éviter un syndrome de manque qui peut-être vécu de manière très désagréable. Les symptômes au sevrage généralement constatés peuvent être de la transpiration, de l'anxiété, des diarrhées, des douleurs osseuses, de la gêne abdominales et des tremblements.

Le syndrome de sevrage apparaît en général 24h après la dernière consommation, il atteint un pic entre 48h et 72h et disparaît après une semaine environ. Malgré l'aspect désagréable voire invalidant que vous pouvez ressentir avec ces symptômes il faut savoir qu'il ne présente pas de risques à proprement parler pour la santé.

Par contre, en cas de reprise de consommation il faut absolument prendre des dosages moindres qu'avant l'arrêt pour éviter des risques tels qu'une surdose pouvant entraîner une dépression respiratoire.

Pour être aidé pendant cette phase difficile, vous pouvez vous rapprocher d'un médecin addictologue, compétant en pharmacologie dans le cadre d'un Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Les consultations sont gratuites et confidentielles, sans jugement de la part des professionnels. Vous trouverez en fin de réponse des coordonnées de CSAPA dans votre périmètre géographique.

Bien cordialement.

---

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

---

### **[CSAPA Solea](#)**

2, place Payot  
25000 BESANCON

**Tél :** 03 81 83 03 32

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

**Secrétariat :** Du lundi au vendredi de 9h à 16h, hormis le mardi ouverture jusqu'à 13h30

**Accueil du public :** Lundi et mercredi de 9h à 17h, mardi de 9h à 13h30 (fermé l'après midi), jeudi de 9h à 18h, vendredi de 9h à 16h

**Consultat° jeunes consommateurs :** Centre Soleabis, au 3 rue Victor Sellier à Besançon

**Substitution :** Lundi et mercredi de 9h à 17h, mardi de 9h à 13h30 (fermé l'après midi), jeudi de 9h à 18h, vendredi de 9h à 16h

[Voir la fiche détaillée](#)

### **[Association Addictions France - CSAPA de BESANCON](#)**

11 rue d'Alsace  
25000 BESANCON

**Tél :** 03 81 83 22 74

**Site web :** [www.addictions-france.fr](http://www.addictions-france.fr)

**Secrétariat :** Lundi de 9h à 12h et de 13h à 16h30, du mardi au jeudi de 9h à 12h et de 13h à 17h, le vendredi de 9h à 10h et de 15h à 16h

**Accueil du public :** Lundi de 9h à 12h et de 13h à 16h30, du mardi au jeudi de 9h à 12h et de 13h à 17h, le vendredi de 9h à 12h et de 13h à 16h Permanences d'accueil sur rendez-vous à Baumes les Dames, Morteau et Quingey

**Consultat° jeunes consommateurs :** Consultations au CSAPA mais également les jeudis au Centre Socio-Culturel Martin Luther King (quartier Clair Soleil) ou au Centre Mandela dans le quartier de la Planoise

[Voir la fiche détaillée](#)

**En savoir plus :**

- [Fiche d'information sur les opioïdes](#)