© Drogues Info Service - 18 juin 2025

Vos questions / nos réponses

Sevrage anxiolytique

Par Cimox Postée le 28/09/2021 17:44

> En sevrage d anxiolytique depuis un mois et c'est un cauchemar. Vertiges nausées mal à l'estomac aux intestins diarrhée faiblesse frissons... Quelqu'un a déjà vécu ce cauchemar ?

Mise en ligne le 30/09/2021

Bonjour,

Si les anxiolytiques dont vous vous sevrez font partie de la famille des benzodiazépines, leur arrêt brutal ou une diminution trop rapide exposent à un syndrome de sevrage, les symptômes que vous décrivez peuvent en être la manifestation.

Ce syndrome apparait dans les jours qui suivent l’arrêt et s’atténue progressivement jusqu’à disparaitre généralement au bout de 2 mois. Chez certains usagers il peut persister entre 6 et 12 mois. La sévérité et la durée des symptômes varient en fonction des personnes, du type de molécule, de la durée et des dosages du traitement, de facteurs de vulnérabilité personnels… Joint ci-dessous vous trouverez un lien vers une fiche d’information sur les benzodiazépines.

Votre médecin prescripteur pourrait probablement vous accompagner pour faciliter ce sevrage. Si tel n’était pas le cas, vous pourriez vous rapprocher d’un CSAPA (Centre de Soins d’Accompagnement et de Prévention en Addictologie) prenant en charge les problématiques de pharmacodépendances. Les consultations dans ces centres sont individuelles, confidentielles et non payantes. Tous les contacts sont disponibles sur notre site via la rubrique « Adresses utiles ».

Nous restons disponibles dans le cas où vous souhaitiez revenir vers nous. Vous pouvez nous joindre tous les jours de 8h à 2h au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ainsi que par Chat jusqu’à minuit. Si vous souhaitez échanger avec d’autres usagers confrontés aux même difficultés, nous vous laissons le soin de poster votre message dans la rubrique des « Forums de discussion ».

Avec tous nos encouragements.

Cordialement.

En savoir plus :

- "Les benzodiazépines"

Autres liens :

- "Adresses utiles"
- "Les forums de discussion"