© Drogues Info Service - 15 juin 2025

Vos questions / nos réponses

Sevrage compliqué du Xanax

Par Stolber67 Postée le 28/03/2022 13:44

> Cela fait cinq mois et demi que je suis sous Xanax (avec au départ un traitement "si besoin" de 0,5 mg 3 voir 4 fois / jour). Actuellement, je suis en fin de sevrage (simplement 1X0, 25mg le soir). C'est vraiment très très dur.. Les symptômes psychologiques et physiques sont omniprésents et je suis attristé de savoir à quel point c'est facile de devenir dépendant de "cette drogue", car il le faut être franc et dire que c'est davantage une drogue qu'un médicament !! Après Oui, cela m'a aidé à remonter rapidement la pente après une décompensation émotionnelle et un internement par ma volonté. Mais après trois semaines de traitement, j'ai bien vu à quel point ca devient sournois. En effet, on devient addict et dépendant sans se rendre compte et une fois la réalité en face, il faut la Force et le Courage pour arrêter.. En gros, cela t'aide, mais en contrepartie, tu le paie quelques semaines ou mois plus tard.. Il faut réellement qu'il y ait davantage d'informations et de renseignements avant de prendre ce traitement car il fait souffrir soi-même, mais l'entourage aussi !! Alors soyez vigilants et compréhensifs envers ceux qui comme moi, sont dans mon cas!! Merci à tous ????

Mise en ligne le 29/03/2022

Bonjour,

Nous avons le sentiment que vous pensiez adresser votre message à d’autres internautes susceptibles de connaitre une expérience commune à la vôtre. Si cela est le cas, nous vous transmettons un lien en pas de page vers nos rubriques « forum de discussion » et « témoignages » pour partager vos sentiments et ressentis.

Vous nous décrivez votre sevrage au xanax qui semble être une démarche assez douloureuse. En effet, les benzodiazépines dont fait partie le xanax nécessitent du temps pour diminuer et arrêter complètement, avec parfois des symptômes de sevrage difficiles.

Vous ne nous indiquez pas si cette étape fait l’objet d’un accompagnement médical et psychologique. Si ça n’est pas le cas, sachez que vous pouvez être soutenu dans vos efforts par des professionnels spécialisés en addictologie. Il existe des consultations confidentielles et gratuites au sein de Centres de Soins d’Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Une équipe constituée de médecin addictologue, psychologue, infirmier et travailleurs sociaux accueillent toutes personnes ayant le souhait d’être aidées et soutenues au regard d’une dépendance.

Nous vous transmettons un lien en bas de page avec les coordonnées d’un CSAPA proche de votre ville.

De même, si vous ressentez le besoin d’évoquer votre situation avec un écoutant par téléphone, vous pouvez joindre Drogues-info-service au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) tous les jours de 8h à 2h ou par tchat via notre site internet de 8h à minuit.

En attendant, nous espérons que vous maintiendrez vos efforts de sevrage et nous vous souhaitons une bonne continuation.

Bien à vous

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

---

CSAPA - Unité de Prise en charge des Addictions

64, avenue du Professeur Leriche
67504 HAGUENAU

Tél : 03 88 06 35 01
Site web : www.ch-haguenau.fr
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 17h. Possibilité de laisser ses coordonnées sur un répondeur.
Accueil du public : Sur rendez-vous du lundi au vendredi de 8h30 à 18h30. Permanence infirmière sans rendez-vous le jeudi de 9h à 11h30..
Consultat° jeunes consommateurs : Du lundi au vendredi de 8h30 à 18h30.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Forums Drogues info service
- Témoignages Drogues info service