

## MON SEVRAGE DU LEXOMIL L'ENFER

---

Par **kandil** Posté le 29/01/2023 à 11h38

Symptômes que je subis, c'est l'enfer : importantes douleurs musculaires, cervicales et lombaires douloureuses, nuque raide, fourmillements douloureux dans corps et membres, vertiges, jambes en coton, très grande fatigue, sommeil 2 à 3 ou 4 h par 24 h et sieste impossible, idées bizarres en flash avec mal être, odeurs curieuses comme si le cerveau les déformait, manque de concentration, vue brouillée, agitation (akathisie?), impatiences, sensation d'être dans une autre dimension, problèmes de ventre, mal œsophage, irritation peau du visage et front, etc. etc...etc. Les psychiatres et médecins qui me suivaient et celui qui me suit ne sont pas formés pour le sevrage des benzodiazépines, au début un psy me disait d'arrêter le Lexomil d'un seul coup après plus de un an de prise !!, J'ai été traité, pour polyarthrite, à la prévisone (cortisone) durant un an ce qui a provoqué de fortes contractions musculaires genre crises d'angoisse vers le plexus solaire. Ce qui amené les psychiatres à prescrire Lexomil durant plus de un an J'ai réduit progressivement Lexomil durant 5 mois (avant cette réduction la dose de 1/2 Lexomil je souffrait déjà signifiant qu'il fallait augmenter. D'où la décision du psychiatre vers le sevrage). Je suis en post sevrage (arrêt du lexomil) depuis 11 mois (je ne peut sortir depuis 16 mois). Je suis sous Tradaxa pour fluidifier le sang car j'ai eu deux AVC, losartan (pour hyper tension), porte un pacemaker pour trouble rythme cardiaque. Je suis âgé de 84 ans douleurs sont terribles presque 24h/24. Mais vers 20 h elles disparaissent et, me couchant à 21h, elles me réveillent vers 1h du matin et, c'est de nouveau l'enfer. Je ne déprime pas ayant l'espoir que tout cela disparaîtra. Comment calmer les douleurs ? Le Dafalgan, les plantes, les douches chaudes ou froides, la sophrologie, ça ne fonctionne pas.

Il a-t-il des personnes ayant ces symptômes ? Y a-t-il des personnes débarrassées de ces problèmes ?

## 2 RÉPONSES

---

**Cymoriel** - 19/02/2023 à 19h34

Bonsoir Kandil,

Je rencontre presque exactement le même problème avec l'Alprazolam à l'heure actuelle... il s'agit aussi de benzodiazépines. Ça faisait depuis plus de 10 ans que les psychiatres m'en faisaient consommer pour calmer mes problèmes d'anxiété et de phobie (émétophobie pour préciser)... je me suis rendue compte qu'ils avaient fait une sacrée boulette, bien trop tard.

Après plus de dix ans de consommation régulière, j'avais décidé une bonne fois pour toutes de commencer un sevrage avec l'accord et surtout le "suivi" de mon médecin généraliste. Il devait être progressif avant tout car les répercussions pouvaient s'avérer graves (un patient qui a tenté de les arrêter en deux semaines a tenté de se défenêtrer en pleine crise...!).

Ma consommation était d'un 0,25mg le matin et un 0,50mg le soir.

J'ai commencé depuis le début de ce mois en m'attaquant à ce lui du matin que je cassais en deux. Ça a été tout d'abord de grosses fatigues à longueur de journée avec du sommeil agité et des rêves sans le moindre sens qui ne faisaient que s'enchaîner, un vrai chaos! Puis la sensation de ne jamais être bien reposée. Même en me couchant plus tôt, je finissais par me réveiller avec une crise d'angoisse à un moment donné. Et même après une nuit complète, toujours fatiguée. Ma responsable au travail est heureusement quelqu'un de compréhensif à qui je pouvais en parler.

Là, à l'heure actuelle, j'avais naïvement pensé que mon organisme allait s'habituer au sevrage et que j'allais moins ressentir les crises de manque (crampes au niveau du ventre avec le plexus chargé, dos et cervicales tendus -merci à mon ostéo également d'être là-, des nausées -le PIRE pour moi!-, de la tachycardie accompagnée d'hyperventilation, sueurs froides, tremblements et autres joyeusetés...) Même avec un entourage présent et compréhensif... eh bien il me manque le soutien MÉDICAL!! Les anxiolytiques, c'est pas grave?! Pourquoi, parce que c'est légalisé par l'état qui touche des thunes dessus!? Il y en a même qui en font un trafic parce que les consommateurs d'autres drogues en prennent pour ne pas avoir de mauvaises redescentes. C'EST UNE DROGUE!! Et ils m'en ont fait bouffer sans rien m'expliquer des potentielles conséquences au long terme pendant une bonne décennie! Désolée, j'avais besoin de pousser ce coup de gueule...

Résultat, mon compagnon m'a orienté sur cette plate-forme pour me faire aider... si quelqu'un pouvait vraiment répondre à nos questions et nous proposer un véritable accompagnement pour nous sortir de cet enfer.

Donc, je suis désolée d'apprendre tout ce que tu as traversé, Kandil... et j'espère sincèrement que nous trouverons toutes les deux des réponses afin de nous sortir de cette addiction engendrée par le lobby pharmaceutique lui-même.

---

**Tatayaya74** - 15/05/2023 à 12h48

Bonjour  
Les symptômes de sevrage sont effectivement un enfer, il faut vraiment diminuer sur des pourcentages très faibles, 5% sur 14 jours et cela est long.  
Je suis moi-même même en post sevrage depuis 10 mois et j'ai toujours bcq de symptômes, glossodynie, Vertiges, peau qui brûle, fatigue etc.

C'est vraiment une drogue et les médecins vous les prescrivent comme des tics tacs et ensuite il n'y a plus personne pour vous accompagner !  
Bon courage

---