

## ARRÊT DROGUES DE SUBSTITUTION

---

Par JojoOups Postée le 22/05/2023 14:36

Bonjour, Je suis une femme de 50 ans je me drogue depuis mes 22ans , cela fait 27ans que je prends de la buprenorphine 8mg , je suis déjà descendu a 2mg puis remontée.. Le confinement en 2020 ne m'a pas aidé. Je voudrais arrêter sans le diminuer car ça je l'ai déjà fais sans y parvenir , aretter en quelques jours en étant hospitalisée pour ne pas trop souffrir si ça existe. Car depuis toutes ces années je souffre , tous les mois et de plus en plus . Et j'ai aussi remarqué que psychologiquement je suis de plus en plus atteinte . Avant j'étais sociable, tjs dehors, entourée de mes amis, à rire et faire rire tout le monde . Aujourd'hui, j'ai peur de sortir , j'ai même peur de répondre au téléphone , je passe à côté de ma vie depuis trop longtemps et je n'ai pas de solutions.J'ai le même docteur généraliste qui me suit ma famille et moi depuis 30 ans et pour lui, je n'ai pas de soucis c'est un médicament comme un autre , Non car si je ne l'ai pas , je ne bouge pas tant je souffre .. et ça je ne le veux plus . Ce que je veux dire par là c'est que je n'ai jamais vu de psy ni autres que ce médecin de famille. J'ai osé contacter un centre pour les personnes comme moi, dans ma ville j'ai rdv la semaine prochaine . J'espère qu'on pourra m'aider à sortir de cet enfer qu'est la dépendance . MOI QUI NE VOULAIT DÉPENDRE DE PERSONNE DANS MA VIE, ce que j'ai reussi, JE SUIS DEPENDENTE D'UN CACHETON .Si vous êtes passé par là, dites moi comment vous avez fait svp?

---

### Mise en ligne le 25/05/2023

Bonjour,

Il nous semble que votre message s'adresse à des consommateurs ou ex-consommateurs. Nous allons vous répondre de notre place d'écouter mais nous vous invitons également à le poster sur nos forums, dont nous vous joignons le lien en fin de réponse.

Faire appel à des professionnels n'est jamais une démarche facile et vous pouvez donc être fière d'avoir franchi ce cap. Vous serez reçue dans la bienveillance par des personnes à l'écoute et nous espérons que cela vous soutienne dans votre démarche.

L'arrêt brutal de la buprénorphine peut entrainer des symptômes très difficiles à supporter et qui sont généralement soulagés par des bains ou des douches chaudes. Ces symptômes sont particulièrement intenses durant les 3 premiers jours et durent en général une dizaine de jours en tout.

Il est important de bien s'hydrater durant cette période et de manger en petites quantités lorsque l'appétit diminue et de ne pas forcer le sommeil quand il ne vient pas.

Si vous souhaitez échanger directement avec un.e écoutant.e pour plus de précisions, vous pouvez nous contacter par téléphone ou par tchat. Nous répondons au 0 800 23 13 13 tous les jours de 08h à 02h. Le tchat est ouvert de 08h à 00h du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Nous espérons avoir pu vous renseigner et vous souhaitons bon courage,

Bien cordialement,

---

### En savoir plus :

- Forums Drogues info service