

Vos questions / nos réponses

## Sueur froide.

Par [nikitabenway](#) Postée le 21/06/2023 10:09

Bonjours. Je suis ancien polytoxicomane et sobre depuis 10 mois environs et je rencontre un phénomène de manque qui persiste à savoir la sensation de froid qui traverse le corps, un peu comme quand on sort de la piscine mais constamment. Cela m'empêche de bouger, enfin de tout faire en faite puisque je n'ose pas bouger de peur que la "vague" de froid bouge encore plus et me fasse ressentir cet incomfort assez violent. Est ce que quelqu'un a eu une expérience similaire ? Est ce que c'est normal ? Un addicto m'a dit que oui mais je voulais savoir si d'autres addicte avait eu la même chose parce que je suis vraiment pas rassuré j'ai peur que ça dure toute ma vie et que je ne puisse plus rien faire, j'ai de nombreuses envie et pas mal de gens à voir seulement cette impression de "froid-chaux" comme j'avais l'habitude de l'appeler me paralyse. Je vois un doc vendredi donc dans 2 jours pour lui en parler et faire des test sanguin donc voilà j'essaie de voir le bout de cette histoire et espère avoir de vos retour. Merci ^^.

---

**Mise en ligne le 23/06/2023**

Bonjour,

Une sensation persistante de froid intérieur vous freine dans vos activités, et vous souhaitez recueillir d'autres expériences de ce type.

Cet espace est celui est Question/Réponse, c'est-à-dire que notre équipe est la seule à pouvoir vous faire un retour. Nous n'avons malheureusement pas plus d'éléments à vous apporter que ceux avancés par votre addictologue. Nous vous proposons et reposter votre message dans l'espace Forum, afin d'échanger avec des personnes ayant partagé ce vécu. Il vous est également possible de vous adresser aux membres de Psychoactif, dont nous vous glissons le lien en fin de réponse.

Nous espérons que l'entretien avec le médecin pourra vous apporter davantage d'éclairages sur les origines de cette sensation de froid, et sur les moyens de l'apaiser.

Par ailleurs, nous tenons à saluer votre parcours. Vous avez réussi à maintenir votre arrêt depuis 10 mois, vous pouvez vraiment être fier de vous.

En vous souhaite une très bonne continuation,

L'équipe de Drogues Info Service.

---

**En savoir plus :**

- [Forum Drogues Info Service](#)
- [Psychoactif](#)