

Vos questions / nos réponses

## Traitement ZOPICLONE + HYDROXYZINE

Par [97etoile](#) Postée le 07/12/2023 03:19

Bonjour. Je suis sous zopiclone depuis maintenant 2 ans pour soigner des troubles d'insomnies chroniques. En raison de crises d'angoisses, mon psychiatre m'a rajouter de l'hydroxyzine depuis mars 2023. Je prends donc les deux médicaments chaque soir. J'ai constaté que depuis 2 ans, j'ai l'impression d'être sans énergie, presque léthargique. Je suis devenue dépendante de ces médicaments, surtout le zopiclone. Si je n'en prend pas, je ne dors pas. J'ai même constaté que mon corps s'était habitué car les deux commencent à ne plus me suffire. J'ai essayé d'arrêter mais j'ai crises d'angoisses à chaque fois. Que puis je faire ? Merci.

---

**Mise en ligne le 08/12/2023**

Bonjour,

Vous prenez depuis deux ans un traitement médicamenteux en vue de soigner vos insomnies.

Récemment votre psychiatre vous a prescrit un traitement supplémentaire pour apaiser vos crises d'angoisse.

Vous constatez des effets secondaires qui ne vous conviennent pas et avez le sentiment que ces traitements ne vous soulagent plus.

De plus, vous pensez avoir développé une dépendance au zopiclone. Vous souhaiteriez diminuer mais n'y parvenez pas, c'est pourquoi vous nous sollicitez.

Nous comprenons que vous souffrez et que vous vous posez de nombreuses questions.

C'est pourquoi, nous ne pouvons que vous encourager à vous rapprocher de votre psychiatre ou médecin traitant.

La prise en charge dont vous bénéficiez peut être réévaluée à votre demande afin d'exprimer ce qui ne vous correspond plus. Ce professionnel connaît bien votre contexte et vous a prescrit ces traitements dans un cadre

bien précis. Par conséquent, il est à même d'entendre vos difficultés et de vous proposer des solutions nouvelles, en fonction de vos besoins et de vos attentes.

N'hésitez pas à le solliciter pour faire le point.

Par ailleurs, si vous souhaitez faire le point avec un médecin addictologue, il est possible de vous adresser à un Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Ces centres s'adressent à toute personne concernée par une dépendance aux produits licites/illicites. Les équipes disposent de médecin addictologue, psychologue, infirmier et travailleurs sociaux. Les consultations y sont individuelles, confidentielles et gratuites.

Si cela vous intéresse, nous vous transmettons en bas de page un lien vers notre rubrique « adresses utiles » pour trouver les coordonnées d'un CSAPA près de chez vous. Il vous suffira d'y renseigner la ville et de sélectionner « sevrage ambulatoire » ou « soutien individuel usager/entourage ».

En attendant, si vous ressentez le besoin d'échanger autour de votre situation, vous pouvez joindre nos écoutants par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) tous les jours de 8h à 2h. Également par chat via notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Avec tous nos encouragements.

Bien à vous

---

**En savoir plus :**

- [Adresses utiles du site Drogues info service](#)