© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Sevrage codéine

Par Latortue Postée le 14/12/2023 22:35

> Migraineuse depuis mes 20 ans,après la disparition du propofan j'ai dû me tourner vers la codéine, les triptans ne me réussissant pas et le paracetamol étant insuffisant. Apres une ablation de la thyroïde, pour trouver le dosage j'ai eu au moins 6 mois un dosage trop élevé et mes céphalées sont devenues quotidiennes. Au bout de quelques années je me suis trouvée en abus médicamenteux avec des prises 2 à 3 fois par jour qui ne faisaient plus d'effet. Le neurologue m'a fait faire un sevrage en hôpital, 4 jours seulement, dont les 2 premiers ont été très durs à supporter ,mais au bout des 4 jours j étais délivrée des maux de tête et de la codéine. Pendant presque 2 ans j ai tenu avec pas plus de 3 cephalees/semaines et du paracetamol,puis ça s'est gâté, j'ai dû reprendre de la codéine. Et là au bout de 3 ans je viens de me retrouver en céphalée permanente malgré les prises. Ne pouvant joindre mon neurologue je me "prive" de codéine depuis 3 jours puisque de tte façon elle n'a plus d'effet,avec mon traitement de fond en soutien (laroxyl) mais c'est moins difficile pour l instant que je ne pensais. Cependant j'ai stoppé net alors que semblez conseiller un arrêt progressif qui ne m est pas possible car une dose inférieure ne me fait aucun effet. Je suis un peu fatiguée, j'ai eu qqs nausées et beaucoup d'impatience dans les jambes, qui peuvent aussi être causées par le Laroxyl que je me suis augmenté pour m'aider *en suivant la posologie de l'hopital un peu diminuée. Si je reussis ce sevrage ,je suis bien decidee à ne plus retomber dans l'erreur codéine or je sais bien que j'aurai de nouveau des migraines même si elles ne sont pas quotidiennes. .je voudrais pouvoir me contenter de paracetamol,voire ne rien prendre et attendre,mais j'aurais besoin de conseil . Le neurologue pour mon cas ne m'aide pas vraiment et se contente de me dire de ne prendre que de l ibuprofene et pas plus de 3 fois /semaine or l'ibuprofene,je le lui ai dit,ne me procure aucun soulagement. La lamaline non plus (je ne sais pas s il y a de la codéine dedans ,et je n aime pas le tramadol que j ai pris une fois et qui rend un peu bizarre. Quelqu'un a t il la même expérience que moi et pourrait me dire sa stratégie ?

Mise en ligne le 15/12/2023

Bonjour,

Votre message semble s’adresser à d’autres internautes connaissant une situation proche de la vôtre. Cela est possible dans la rubrique le « forum des discussions » dont vous trouverez le lien en bas de page. N’hésitez pas à publier de nouveau votre message pour obtenir des retours d’expériences.

L’espace « vos questions-nos réponses » permet de vous adresser à un professionnel de Drogues-info-service. Nous allons tenter de vous apporter quelques réponses et notamment une orientation pour vous aider dans ce contexte.

Vous nous indiquez avoir été traitée pour des migraines durant de longues années à la codéine. Vous avez dû faire un sevrage en milieu hospitalier. Or, depuis 3 ans vous avez repris ce traitement médicamenteux et êtes actuellement en sevrage par rupture de traitement. Vous souhaiteriez être conseillée.

En effet, l’arrêt d’un traitement médicamenteux à base d’opioïde nécessite une diminution très progressive pour éviter les souffrances liées aux syndrome de manque. L'arrêt brutal peut vous exposer à des symptômes éprouvants rendant l'arrêt pénible.

Par ailleurs, nous comprenons bien la complexité de votre situation au regard des douleurs subies et des effets secondaires liés à la dépendance. Afin de disposer de de toutes informations utiles, nous vous transmettons notre fiche produit « opioïdes ».

Il nous paraît important que vous puissiez vous rapprocher d’un médecin addictologue pour être soutenue et conseillée au mieux dans vos efforts d’arrêt. Cela permettra de compléter les points de vue concernant vos problématiques de santé et d’addiction, tout en bénéficiant d'un accompagnement adapté dans un cadre rassurant.

Sachez qu'il existe des consultations spécialisées en addictologie qui sont individuelles, confidentielles et gratuites. Elles ont lieu dans des Centres de Soins d’Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Une équipe pluridisciplinaire composée de médecin addictologue, psychologue, infirmier et travailleurs sociaux propose de soutenir et d’accompagner toute démarche de réduction, maîtrise ou arrêt des consommations de produits licites ou illicites.

Nous ne pouvons que vous encourager à les solliciter pour ne pas rester isolée avec vos souffrances. Des solutions existent et les professionnels sont en mesure de vous proposer des solutions adaptées à vos besoins.

Vous trouverez en bas de page un lien avec les coordonnées d’un CSAPA près de chez vous. Il vous suffira de les contacter pour obtenir un rendez-vous.

Enfin, si vous souhaitez évoquer votre situation plus en détail et échanger avec un professionnel, nos écoutants sont joignables tous les jours au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) de 8h à 2h. Egalement par tchat 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

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

---

Tremplin 17 Pôle Addictologie-CSAPA de Royan

79 avenue Daniel Hedde
17200 ROYAN

Tél : 05 46 23 76 12
Site web : tremplin17.fr/votre-situation/addict
Secrétariat : mardi et jeudi de 14h à 17h et du lundi au vendredi tous les matins
Accueil du public : du lundi au vendredi toute la journée, sur rendez-vous
Consultat° jeunes consommateurs : Sur place ou à la Mission Locale pour les 16-25 ans le mercredi après-midi sur rendez-vous au 05 46 06 96 16

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Forums Drogues info service
- Témoignages Drogues info service
- Fiche produit opioïdes