© Drogues Info Service - 6 juillet 2025

Forums pour les consommateurs

sevrage heroine

Par see62 Posté le 13/01/2024 à 14h50

Voilà maintenant que je consomme de l heroine, 1gr/jrs nazale..
Je me posé la question pour mon sevrage..

J'aimerais essayer un sevrage de 12h après ma derniere prise d heroine prendre 30 mg de methadone puis 24h plus tard 30 mg..

se fera deja un total de 60 heures de sevrage..

Et à ce stade je ne prend plus rien, juste du doliprane et du thé vert, de l euphythose.. Penser vous que le + dures est passé ??

Il sera vrais que le sevrage psychologique sera toujours présent mais les crises de gerbes serons derriere moi....

Je pense pouvoir me sevrer de cette facon lors de mon prochain sevrage à l heroine...

A svoir que j'ai deja resussi à me sevrer sans rien , à la dure, en 72h le pire etais passé...
Mes symptome de sevrage sont : Frissons, Fatigue, déprimes + Angoisse profondes, vomissements, nauzées, dhiarrées...

1 réponse

Francois7 - 29/02/2024 à 07h42

Bonjour,
Whoua, j'admire votre performance !
Un arrêt brutal, surtout si vous étiez à 1gr/jour est incroyablement difficile, déjà physiquement, en plus du psychisme.
C'est l'une des pires épreuves de volonté que j'ai eu à traverser également.

Moi j'avais réussi à arrêter l'héroïne par la méthode brutale, quand j'en étais quelques doses par jour (injections) à 15mg/jours.
J'en ai repris par la suite et suis monté à 120mg/24heures et là, impossible de m'arrêter par la méthode brute, c'était l'enfer les 60 premières heures, je m'en veux d'avoir pris une "dose pour adoucir" alors que la douleur était déjà nettement moins forte qu'au début.

En ce moment, j'ai choisis de ne plus y avoir accès pour ne plus être tenté. Et c'est un peu l'enfer depuis plusieurs jours (disons que le terme "enfer" peut paraitre exagéré mais croyez bien que la douleur physique + dépression mentale, idées noires, c'est réellement une épreuve, surtout si vous avez d'autres problèmes dans la vie).
Hier encore, je finissais par m'abaisser à laver mes sachets d'héroïne à l'eau acidulée pour en extraire les derniers mg ... et... ça marche, j'ai pu me faire une petite "pause" dans ma souffrance de quelques heures.

Je n'aurais pas imaginé que ce soit si difficile d'en sortir après quelques mois !
Quand à la méthode douce, celle d'arrêter en diminuant les doses, je vous la déconseille, j'ai fais ça pendant des mois, ça ne marche pas... On prend la petite dose qu'on avait prévue, mais comme on souffre, on se dit qu'elle est trop petite et on re-dose..., Au moins, la méthode brutale est moins tentante.

Bon courage à tout ceux qui traversent ça, sincèrement, vous avez toute mon empathie pour ce moment des plus difficile, mais tenez-bon, après les 3 jours du début, ça devient beaucoup plus facile.
Puissiez-vous recevoir de l'aide !