

## CODÉINE

---

Par Bidou67 Postée le 10/04/2024 17:23

Bonjour voilà suite à des douleurs aux genoux j'ai reçu un traitement de codéine 500mg j'en ai pris pendant un mois uniquement un le soir au coucher rien pendant la journée ça fait une semaine à peu près que j'ai arrêté d'en prendre et depuis quelques jours j'ai des insomnies des angoisses le nez qui coule mais le soir nervosité angoisses .... Bref des nuits horribles Ma question est la suivante car je pense que c'est lié à mon arrêt de codéine combien de temps ça dur et que puis-je faire ?merci Cordialement

---

### Mise en ligne le 15/04/2024

Bonjour,

L'arrêt brutal de médicaments à base de codéine peut entraîner un ensemble de symptômes que vous décrivez bien dans votre question. Ces effets indésirables commencent en général 24h après l'arrêt et s'intensifient pour atteindre un pic autour de 48 à 72h. Ils peuvent durer jusqu'à 10 jours.

Ces effets et cette chronologie sont très variables selon les personnes c'est pourquoi, si au-delà de 10 jours, vous ressentez toujours un état de mal-être avec des insomnies, des angoisses et des envies fortes et irrésistibles de reconsommer, n'hésitez pas à vous faire aider auprès d'un CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) ou si vous préférez, à demander conseil à votre médecin généraliste.

Les CSAPA des endroits spécialisés en addictologie où vous pourrez rencontrer des équipes pluridisciplinaires (médecins, infirmiers, psychologues...) qui pourront vous aider à surmonter cette période délicate du sevrage, si vous en ressentez le besoin. L'accueil s'y fait sur rendez-vous. Ceux-ci sont confidentiels et gratuits.

Nous vous glissons en fin de réponse 3 adresses de CSAPA dans votre département, n'hésitez pas à les contacter pour des informations et/ou un rendez-vous. Vous trouverez également ci-après, pour information, notre fiche "opioïdes".

Si toutefois vous sentez qu'il vous est possible de gérer seule cet arrêt, nous vous invitons à essayer de vous détendre, à prendre soin de vous au travers d'activités qui vous font plaisir de manière à détourner votre attention afin d'éviter de ne vous focaliser que sur vos symptômes.

Si cela vous semble difficile, n'hésitez pas à nous contacter, nos écouteurs sont disponibles pour de l'écoute, du soutien et des conseils, 7j/7 de 8h à 2h du matin par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ou par chat depuis notre site internet, de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le weekend.

Avec tout notre soutien dans votre démarche de sevrage,

Bien cordialement,

---

## POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES

---

### CSAPA - UNITÉ DE PRISE EN CHARGE DES ADDICTIONS

64, avenue du Professeur Leriche  
67504 HAGUENAU

Tél : 03 88 06 35 01

Site web : [www.ch-haguenau.fr](http://www.ch-haguenau.fr)

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 17h. Possibilité de laisser ses coordonnées sur un répondeur.

Accueil du public : Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 17h. Permanence infirmière le jeudi de 9h à 11h30, sur inscription.

Consultat° jeunes consommateurs : Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 17h.

Voir la fiche détaillée

### CSAPA ITHAQUE

12 rue Kuhn  
67000 STRASBOURG

Tél : 03 88 52 04 04

Site web : [www.ithaque-asso.fr/soins](http://www.ithaque-asso.fr/soins)

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h.

Accueil du public : Lundi et mardi de 9h à 11h et de 14h à 17h, mercredi de 9h à 11h et de 15h à 19h, jeudi de 9h à 11h et de 14h à 17h, vendredi de 14h à 17h.

Voir la fiche détaillée

## **SERVICE D'ADDICTOLOGIE - CENTRE DE SOINS D'ACCOMPAGNEMENT ET DE PRÉVENTION EN ADDICTOLOGIE**

1, place de l'Hôpital  
67000 STRASBOURG

Tél : 03 88 11 60 01

Site web : [www.chru-strasbourg.fr/prise-en-charge-des-addictions/#le-ce](http://www.chru-strasbourg.fr/prise-en-charge-des-addictions/#le-ce)

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 8h30 à 17h.

Substitution : Accueil des patients pour un traitement de substitution à la Méthadone le lundi, mardi, vendredi de 9h à 12h avec ou sans rendez-vous. La dispensation s'effectue uniquement sur décision médicale suite à 4 rendez-vous obligatoires (infirmier; psychologue;

Accueil du public : Sur rendez-vous du lundi au vendredi de 8h30 à 17h. Permanence d'accueil sans rendez-vous, par ordre d'arrivée, le jeudi de 9h à 11h ( merci de vérifier sur le site internet en cas de fermeture exceptionnelle). Attention: pas de délivrance d'ordonnance

Consultat° jeunes consommateurs : De 12 à 18 ans : A la Maison des Adolescents, 23 rue de la Porte de l'Hôpital, 03 88 11 65 65. De 18 à 25 ans: Au CSAPA via la permanence d'accueil le jeudi matin ou sur rendez-vous.

Voir la fiche détaillée

### **En savoir plus :**

- [fiche sur les opioïdes](#)