

TOXICITÉ, DÉPENDANCE, SEVRAGE AUX BENZODIAZÉPINES

Par **CANDYJOLY** Posté le 21/04/2024 à 09h52

Bonjour à vous tous sur ce forum qui se posaient la question de la toxicité, de la dépendance et des difficultés de sevrage liées à l'usage des benzodiazépines ingérées sur ordonnance qui vous privent d'une partie de votre vie durant leur utilisation, ceci même à dose thérapeutique, sur de courtes durées, entraînent une dépendance et des difficultés de sevrage, suivis de troubles que le corps médical est incapable de décrypter et de rattacher à la prise de ce traitement, prescrit hélas, par eux.

Je voudrai vous faire part de mon expérience et de mon vécu personnel afin que vous réalisiez que ce traitement n'est pas anodin et que même à dose thérapeutique sur de courtes durées de temps, il nous détruit, nous fait perdre des années de notre vie quand on l'ingère et continue son travail dévastateur sur notre cerveau, notre corps et nos comportements après l'arrêt du traitement, sans pour autant nous avoir soigné, ni guéri du mal pour lequel on l'a ingéré.

Ce n'est qu'un cataplasme, qu'une drogue et rien de plus.

J'ai pris durant plusieurs épisodes douloureux de ma vie ce genre de médicaments contenant la même molécule, sous de noms différents, toujours prescrit sur ordonnance respectant la posologie, sans être alerté des effets secondaires pouvant survenir lors de la prise et à l'arrêt du traitement.

Ce n'est qu'aujourd'hui que je réalise que tous mes ennuis de santé vécus sont à rattacher à la prise et à l'arrêt successif de cette molécule diabolique qui se cache sous de nombreuses dénominations.

Courant septembre de l'an passé, je ressens des troubles bizarres et angoissants dans tout mon corps:

frissons, transpiration, fourmillements, ruissellements le long de ma colonne vertébrale

hallucinations, perte de mémoire récente, troubles digestifs, incapacité de contrôler mes émotions,

colère, flot de parole incontrôlable, difficultés de déglutition,

chute en descente d'escalier causée par une vision déformée du sol paraissant ondulé sous mes pieds,

chute en voulant emboîter le pas d'un ami car mon cerveau n'a pas donné l'ordre à mes jambes d'avancer correctement,

sensation d'être spectateur de ma vie, de ne plus être moi même, je ne me reconnaissais plus.

Effrayée par tous ces troubles et bien d'autres comme des braillements incontrôlés et multiples suivis d'une fatigue immense m'obligeant à me coucher et entraînant un sommeil immédiat et profond de 4 à 5 h à n'importe quel moment de la journée, faisant penser à une anesthésie médicamenteuse, j'ai consulté.

Mais devant le regard hébété du corps médical à l'énoncé des troubles qui motivait ma consultation, j'ai compris que je n'avais rien à attendre d'eux, j'ai fait le rapprochement avec l'arrêt récent du bromazépam que je prenais depuis quelques mois à dose moindre que la dose thérapeutique prescrite soit 1/2 cp seulement /jour au lieu d'1 et ce, de façon très aléatoire selon mon état de besoin quotidien, j'ai cherché à me documenter, à lire plusieurs forums et pour moi ce fut une évidence que je faisais un syndrome de sevrage dû à la dépendance créée par cette molécule diabolique qu'est le bromazépam que j'avais pris à plusieurs reprises durant certains épisodes douloureux de ma vie.

Cela m'a coûté successivement de voir poser sur moi des diagnostics des plus farfelus tels que:

Hypoglycémie et près-diabète pour des sueurs, tremblements fatigue et sensations vertigineuses.

Suspicion de sclérose en plaques pour fourmillements des membres supérieurs et inférieurs, ruissellements le long de la colonne vertébrale, difficultés à parler, troubles de l'équilibre, ce qui m'a valu IRM, scanner, 3 ponctions lombaires le tout négatif, bolus de corticoïdes sans effet sur les troubles.

AVC en 2020 pour troubles similaires avec passage aux urgences suivi de toute la panoplie d'exams complémentaires qui vont avec.

N'ayant auparavant, pas pris conscience de la dépendance provoquée par cette molécule, des difficultés de sevrage et des paliers à respecter avant l'arrêt total de ces médicaments, puisque, je ne prenais pas ce traitement régulièrement, j'ai donc cessé de le prendre du jour au lendemain, ce fut cet arrêt brutal qui a fait apparaître tous ces signes décrits ci dessus.

Depuis l'arrêt brutal de ce traitement, voici ce que j'ai pu constater:

mes idées se sont éclaircies

ma mémoire revient peu à peu

je contrôle mieux certaines de mes émotions

je reprends peu à peu le contrôle de ma vie, bien qu'un état fébrile intérieur et quasi permanent en moi, me demande de faire des efforts constants pour contrôler et maîtriser mes faits et gestes au quotidien.

Cependant les troubles physiques sont toujours présents au quotidien avec une intensité plus ou moins forte, mais je n'ai plus peur car, j'ai pu mettre une étiquette sur mes maux, j'espère tout simplement que tout ceci va très vite s'atténuer et prendre fin un jour.

Je n'ai plus honte de dire que j'ai pris ces médicaments, j'accepte le fait d'être humaine et d'avoir des moments de faiblesses comme tout être humain.

Je regrette fortement que les médecins prescripteurs ne se penchent pas plus sur le problème de la cause et des effets de cette molécule, laissant le patient seul avec leurs doutes et leurs angoisses cherchant par eux même à faire leur propre diagnostic.

Ce message est une alerte que je lance à tous les utilisateurs de ces produits chimiques prescrits sur ordonnance afin qu'ils s'informent et diffusent ce message pour éviter que d'autres personnes se retrouvent en difficulté et souffrance comme punition d'avoir voulu guérir d'un mal qui n'est pas pire que les conséquences de la prise de certains produits.

Merci d'avoir pris le temps de me lire.

5 RÉPONSES

CANDYJOLY - 22/04/2024 à 09h48

Je voudrai rajouter à mon commentaire qu'il serait intéressant que tous les patients concernés par cette dépendance et les difficultés de sevrage dû à cette molécule ou traitements similaires, prennent le temps de faire un signalement sur le site du gouvernement (sante.gouv) sur la toxicité de certains produits prescrits sur ordonnance et leurs effets secondaires, afin que l'ANSM (agence nationale de sécurité du médicament) se penche de plus près sur ce problème, car ceci devrait être fait par nos médecins qui se contentent de prescrire sans connaître les retombées qui résultent de la prise de ces produits. C'est un moyen d'action qui pourrait aider nombres d'entre-nous.

Kimmy59 - 15/05/2024 à 13h52

Bonjour Candy oui je suis exactement dans le même coin que toi en dépression depuis quelques mois on m'avait prescrit un antidépresseur que je n'ai pas voulu prendre. Mais c'est vrai que mon état s'est dégradé. Au point que je ne mangeais plus je ne dormais plus et je n'avais plus envie de rien. Pour mes enfants. J'ai décidé de le prendre. Ils m'ont donc prescrit un anxiolytique avec l'Alprazolam à raison de quatre par jour de 0,25 donc l'antidépresseur commence à faire son effet. J'essaie de diminuer l'Alprazolam qui plus est normalement est censé être là pour diminuer les effets secondaires de l'antidépresseur. Et là tout dégénère, grosse angoisse qui remonte. Je dois remonter la dose dans l'alprazolam. Je retourne voir mon psychiatre, je lui dis que au bout de trois semaines, je suis déjà accro donc je veux me sevrer au plus vite et d'ailleurs que je ne comprends pas pourquoi prendre un antidépresseur, si quand j'arrête l'anxiolytique retour à la case départ, je suis donc en sevrage Valium. Pour l'instant il m'avait donné 30 mg par jour j'étais chaos technique j'ai réussi à trouver ma dose toute seule donc 5 mg le matin et 10 mg le soir car ou sinon grosse angoisse la nuit, impossible de dormir tout va bien. Pour le moment je suis pressé d'arrêter ce médicament et par la suite quand j'irai mieux, j'arrêterai l'antidépresseur, je sais qu'il n'est pas bon non plus, mais je sais que les benzodiazépines sont les pires. J'espère que tu vas mieux j'espère moi aussi m'en sortir le plus rapidement possible car je t'ai dit en à peine trois semaines j'étais déjà accro à ses médicaments.

CANDYJOLY - 16/05/2024 à 08h26

Bonjour, KIMMY59, je viens de lire ton message et je comprends ta détresse Alprazolam et Valium sont tous deux des médicaments de la famille des benzodiazépines, il est clair que si tu souhaites arrêter et te sevrer de cette cochonnerie, il vaut mieux le faire de façon graduelle et sur un plus ou moins long terme en cherchant avec ton thérapeute qu'elle est la molécule la mieux adaptée à ton cas ainsi que le protocole à suivre.

Moi par méconnaissance du risque et non entendue par les professionnels ayant fait un sevrage total et brutal depuis début février je galère avec des troubles physiques très angoissants et envahissants à toutes heures de la journée et même parfois la nuit, mais j'ai l'impression que par moment j'arrive mieux à contrôler cet état de manque, je contrôle aussi beaucoup mieux mes émotions. Tous ces médicaments ne sont que des béquilles qui anesthésient tes angoisses et apaisent tes problèmes sans les résoudre pour autant.

Quand tu cesses de les prendre, tu te retrouves à la case départ avec des complications supplémentaires.

Si tu peux trouver un psychologue avec qui tu puisses échanger et trouver la clé et la solution pour sortir de ta déprime, cela pourrait t'éviter d'avaler ces fameuses pilules.

Prends soin de toi, courage je suis convaincue que tu puisses t'en sortir et reprendre le courant de ta vie, tes enfants t'en seront reconnaissants.

On ne peut pas vivre sa vie sous anesthésie chimique pour fuir les problèmes du quotidien, alors autant chercher à leur faire face et les affronter avec nos propres ressources.

Bon courage à toi et à tous ceux qui sont victimes de ce piège thérapeutique et cherche à s'en sortir.

Kimmy59 - 16/05/2024 à 10h39

Cc Candy oui effectivement je vois une psychologue qui m'aide beaucoup et j'ai réussi à baisser mes médicaments du matin à 2,5 mg au lieu de 5 mg là par contre je vais y aller tout doucement pour la suite sur celui du soir. Je sais que pour l'instant je ne peux pas le diminuer, mais je compte bien tout arrêter même si cela doit mettre du temps pour ne pas en ressentir les effets. J'espère que tout ira mieux aussi pour toi si tu as encore des effets secondaires, et oui malheureusement les psychiatres et compagnie s'en foutent complètement. Je ne cesse de lui envoyer des e-mails auxquels il ne prend même pas la peine de répondre. Donc j'ai trouvé un groupe de sevrage qui m'aide. Je dois juste essayer d'avoir les gouttes de Valium prends soin de toi, à bientôt

CANDYJOLY - 16/05/2024 à 13h56

Rebonjour Kimmy59, tu es sur la bonne voie, ne lâche rien, prends le temps qu'il faut pour tes paliers et ça devrait bien se passer pour toi.

Bonne fin de semaine.
