

SEVRAGE VALIUM

Par [Kimmy59](#) Posté le 14/05/2024 à 23h00

Bonjour, j'ai 42 ans ,je suis rentrée dans une dépression début février suite à la préménopause, grosse chute d'hormones donc début mars. J'ai commencé un antidépresseur sertraline avec l'anxiolytique Alprazolam, ça se passait bien au début, puis après on m'avait dit de l'arrêter quand j'allais mieux et dès que je baissais ne serait-ce que d'un moitié de comprimé, je ressentais des symptômes à crispé dans mon lit et à pleurer. j'ai donc recontacté mon psychiatre, pour lui dire que je voulais me sevrer au plus vite de l'anxiolytique, car je savais que ce n'était pas bon, il m'a mis sous valium à 30 mg par jour 10 matin 10 midi soir sauf que j'ai senti que c'était beaucoup trop fort, donc j'ai trouvé mon dosage toute seule. J'ai fait du lendemain matin 10 soir c'était toujours trop fort donc cinq matin puis 10 soir j'ai retrouvé mon enthousiasme ma bonne humeur. Cela fait 10 jours j'ai été conseillé sur un autre Forum, une personne m'a dit de casser le 5 mg du matin en deux ce que j'ai fait, mais depuis trois jours je me sens un peu mal j'aimerais des conseils sur ce Forum j'aimerais prendre les gouttes de valium pouvez-vous m'aider merci