© Drogues Info Service - 18 juin 2025

Forums pour les consommateurs

Arrêt héroïne à la dure

Par Alexis55 Posté le 20/08/2024 à 21h04

Salut les gens . Alors voilà quelques année que je consomme de l'héroïne, j'ai quelques fois arrêter pendant 1mois mais j'ai toujours rechuté. J'ai arrêter le sub 2mg en janvier . J'ai était en manque pendant 1mois . C'était très compliqué
Dernièrement j'étais au sub 2fois 0.4 soit 0.8 par jour
Je voulais pas arrêter le sub à la dure car mauvais expérience. A se qu'il parait arrêté l'héroïne est plus simple . J'ai donné consommer de l'héroïne à 1g/jour au moins d'août. De l'héroïne pas très bonne qui me fais pas piquer du nez ni rien
J'aimerai arrêter sans ressentir de trop gros manque
J'ai pensé et j'ai de cot 100mg de métha .
J'aimerai prendre en prendre sur 5jours uniquement à partir du 1er jour
Soit : 5 / 10 / 20 / 10 / 5 mg. Puis du Sélestat et somnifère pour la nuit m'aider si besoin . Et les Sélestat pour m'aider les jours ou je ne prendrai pas de méthadone. Que pensez vous de mon idée ! Peut on prendre de la méthadone sur un laps de temps très court pour ne pas si habitué le temps de ne plus ressentir le manque de l'héroïne ? Je précise qu'à partir du 5eme jour je prendrai seulement 5mg de métha . Si c'est pas suffisant je n'en prendrai pas +. Donc au bout d'un moment je pense que le corps va s'habituer à 5mg et à partir de max le 7eme je partirai sur du 1mg voir un tramadole / paracétamol. Voila , j'aimerai vraiment arrêter. , j'ai juste leur que ma douleurs thoraciques me face cogiter. J'ai un scanner demain car j'ai de grosse douleur au thorax a gauche et a droite. Et quand je tape pas où que je n'ai pas de d'opiac j'ai très mal . Je sais pas pourquoi . Et sa a commencé 1 mois après ma cure de subutex. Avant je le sentez pas car j'étais toujours sous opiacé mais maintenant depuis que j'ai arrêté la première fois , j'ai toujours comme des points de côté mais au niveaux du thorax .. j'aimerai que le scanner le donne plus d'information... Voila . Bonne soirée à vous . J'espère qu'il y aura du monde pour le soutenir pendant cette période. A++

4 réponses

---

guix - 21/08/2024 à 11h24

Salut je suis un ancien polytox, après 15 ans de dépendance j'ai réussi à m'en sortir, pas grâce au sub, j'avais pas le manque mais ça me rendait malade.. après quand j'ai repris les devants j'ai vu un addictologue qui m'a mi sous méthadone j'ai lâché peu un peu l'Héro et depuis je diminue la méthadone je suis passé de 60 mg aujourd'hui 2 mg..
Mais je te conseille pas de "jouer" avec les dose de metha.. ça va te rendre mal + que tout je pense..
Hésite pas a te trouver un médecin addictologue, ça m'a bcp aidé.. courage

Alexis55 - 22/08/2024 à 21h54

Justement

Neo - 01/09/2024 à 20h37

Pareil que guix, ne pas jouer avec la metha. Mal fait ca peut faire l effet inverse.
J ai arreté une fois avec le sub suivi d une grosse rechute.
La 2eme fois c etait avec la metha, que j ai trouvé bien mieux niveau ressenti, c est comme si j avais jamais tapé. Apres l arret de le metha est pas simple. Effectivement l arret de l hero a la dure (enfin hard sur les effets mais beaucoup moins longtemps) que l arret de la metha.
Je ne saurais que te conseiller soit l arret a la dure (4/5j de mal apres ca va mieux) soit de suivre les recommandations du doc et d entamer un traitement qui peut s averer long, mais le but etant d arreter sur le long terme

zro - 03/09/2024 à 10h42

Salut !

Arrêter seul n’est jamais une bonne idée. Même avec toute la motivation du monde, lorsque le pic du sevrage pointera le bout de son nez il sera extrêmement difficile de résister à tout ce qui pourrait le soulager, donc la méta de côté pour pallier les plus gros symptômes ne fera que les repousser et les prolonger.

Il faut vraiment préparer le terrain en amont et s’entourer de tout le soutien nécessaire.
Le meilleur conseil que je puisse te donner pour ton projet d’arrêt est de préparer ça correctement avec un médecin addictologue.
Tu es le seul à décider de ce que tu veut faire, quel que soit ton choix ton médecin t’accompagnera pour que tout se passe pour le mieux.

Je t’envoie tout mon soutien, force â toi !