

Forums pour les consommateurs

Subutex

Par Stop Posté le 10/11/2024 à 15h43

Bonjour ???? je vous raconte mon histoire vite fait après 4 ans sous tramadol pour des douleurs de dos. C est en diminuant les doses que je me suis aperçue de la dépendance que j avais à ce médoc.

Pour faire court rdv au CSAPA avec lequel on a mis en place un traitement de substitution donc le SUBUTEX.

De 8mg , le premier jour 6mg le deuxième et 4mg le 3 ème. Pour passer ensuite à 2mg sur plusieurs mois. Évidemment c était magique plus de symptômes de dépendance au tramadol. Tremblements,sueur, dls abdo, chaud froid etc...

Environ 6 mois plutard à 2mg à savoir que je me suis jamais sentie en forme j étais déprimée crise d angoisse fatiguée perte d énergie. Beaucoup de mal a trouver le bon dosage.

De mon ami le subutex est devenu mon ennemi. On remplace une drogue par une autre à laquelle aujourd'hui je suis devenue dépendante.

Ça fait bientôt 2 ans que j ai commencé, je veux arrêter tout ça donc de mon propre chef, je suis à 0,40mg fois 2 depuis 4 mois.

Ce subutex est tellement sournoi difficile a stabiliser pour se sentir bien , moi je n y arrive pas c est pas grand chose ce dosage mais je ne peux pas m en passer pour affronter ma journée, ce tout petit morceau insignifiant sans lui je ressens des symptômes de manque et surtout l envie de rien parfois même des idées noires. J ai beaucoup de mal à trouver des informations sur le sujet , je voudrais échanger avec des personnes qui sont dans la même galère que moi.

J ai peur de tout arrêter j ai peur de subir tous ces symptômes c est l enfer.

Voilà j espère avoir été clair.

Quelqu un derrière son écran vit peut-être la même chose que moi.

A très bientôt

9 réponses

Melhani - 31/12/2024 à 13h20

Bonjour,

Je ne sais pas où tu en es dans ton arrêt ou dans ta tentative d'arrêt, mais je me retrouve assez bien dans ce que tu dis.

À savoir qu'après plusieurs années de consommation, j'ai depuis plusieurs mois diminué pour arriver sensiblement à la même dose que toi. Pour autant, il m'est difficile d'imaginer un arrêt total car j'ai déjà connu un sevrage très difficile avec le Sub et j'appréhende énormément.

Je cherche justement des tips, conseils et autres, astuces pour passer ce cap.

J'avais dans l'idée d'essayer de décaler mes conso en tentant un jour sur deux.

Je travaille, et je sais que je ne peux pas prendre de congé pour gérer cette question.

Donc si depuis ce message tu as trouvé 2, 3 astuces, je suis preneuse sinon un soutien ne serait-ce que par l'écrit c'est toujours ça de pris. Je te souhaite bon courage.

Stop - 31/12/2024 à 16h25

Bonjour Melhani suis contente de partager avec toi et surtout je me sens moins seule

Alors oui depuis mon premier message j'ai réussi à passer à un seul comprimé de 0,40mg.

Je me suis dit rien ni personne ne pourra m'aider à avancer et me libérer. C'est le subutex et moi ou moi et le subutex????

Le premier jour j'ai eu peur des symptômes je me suis dit (oui je me parle beaucoup)???????? au pire je prendrais le deuxième si c'est trop dur.

Finalement la journée s'est passée avec comme une impression de chercher ma respiration, des bouffées de chaleur mais j'ai survécu.

Le 3ème jour c'était plus dur nausées, mal de dos, douleurs abdos, sueur jour et nuit, mal de tête c'était surmontable.

Les jours suivants, mise à part les bouffées de chaleur les autres symptômes ont fini par disparaître.

Aujourd'hui ça fait 6 semaines. Si un jour pour une raison que seul le subutex connaît je devais en reprendre deux une journée où bizarrement mon corps me réclamait c'est pas grave je le ferai et continuerai à 1 le lendemain.

Voilà si ça peut t'aider. Un petit conseil pour ton ordonnance prévoit plus large au cas où afin de ne pas être trop juste et de paniquer si tu n'en as plus assez. C'est rassurant d'en avoir plus même si tu ne les prendras pas.

Il y a encore 3 mois je n'aurai jamais pensé y arriver toi aussi tu peux????

2025 j'espère m'en libérer définitivement

Je te souhaite du courage tu n'es pas seule et si moi j'y arrive

alors toi aussi.

Bon réveillon à toi

Cordialement

Daruma513 - 01/01/2025 à 16h10

Je vais sûrement appeler infos drogue service pour qu'il me donne une liste d'endroit ou je pourrait faire un sevrage sous surveillance mais je suis désespérer je ne trouve rien du tous et la buprénorphine me rend vraiment malade

Stop - 02/01/2025 à 08h25

Bonjour je compatis vraiment, je sais ce que tu vis???? il doit exister des hospitalisations de courte durée afin de trouver et de pouvoir ajuster le traitement et surtout le dosage qui pourrait te convenir afin de pouvoir vivre un peu près normalement sans être mal toute la journée et parfois la nuit Garde espoir et le courage ça finira un jour..

Cordialement

Bask - 02/01/2025 à 15h18

Bonjour , meilleur vœux à tous ce qui passerons par là.

Félicitations Stop et pour toi daruma voilà mon histoire .

Je suis tombé sur ton post par hasard. Alors je n en suis pas au sub mais j ai eu une très forte dépendance opiacé pendant plus de 10 ans et bien sûr j ai connu l'interruption d achat en pharmacie sans ordo.

Je suis aller voir un psychiatre pour ma part qui m'a prescrit du dicodin, style de codéine à libération prolongé et j ai réussi avec cela partiellement . Ce qui a vraiment fonctionné pour moi c est le kratom, c est degeu mais tu n as pas les symptôme et j ai baisser les dose doucement . Sinon Je prenais jusqu a 3 boîtes de daphalgan codéine par jour , le psychiatre d une certain âge me disais attention au foie et je lui ai répondu que en tant que bon deoqué je connaissait les risque et que je faisait des extraction des comprimés pour virer le paracetamol. Il n avait jamais entendu cela , bref je m égare mais c est toujours bien de lire les expériences des autres.

Ou j en suis maintenant J ai dit avoir réussi à arrêter et c est vrai mais parfois je craque car même sorti de l emprise tu penses à cet état second qui te met psychologiquement bien ..Une ou deux boite qui passent sur une ordo de temps en temps non remboursable par la secu car vu l abus qu il y avait eu il avais bloqué cela en pharmacie . Donc oui des fois je prend et quand j arrête j ai de nouveau les symptômes de manques . Moins fort que ce que j ai connu . J ai essayer plusieurs fois un arrêt sec sans rien , j ai réussi une fois , malade pendant 1 semaine et bien 4 jours de manque affreux et la nuit syndrome des jambes sans repos en plus . Il faut être fort , tu peu y arriver , jamais je pensais un jour l en sortir mais j avais réussi . Je fais le con de temps en temps , je dirai 2 boîtes « plaisir » tout les 15 jours .

Le sub j en veux pas pour la raison que tu explique au dessus. Il faut bouger aussi pendant l effet de manque même si tu n a pas envie mais de faire des choses aide à en oublié d autres.

Je repasserai pour suivre ta suite .

Au plaisir , bise du pays basque

Stop - 02/01/2025 à 16h50

Bonjour à tous et à toutes . Nous sommes plusieurs a partager

nos histoires plus ou moins différentes mais tellement similaires avec cette difficulté à sortir de cette addiction de M.

Je me reconnais dans chacun d entre vous et ces symptômes si horribles. Les jambes et les bras sans repos oui ça aussi.

Je me souviens au démarrage la buprenorphine me déclenchait des crises de panique, j avais envie de rien, plus d énergie et même ces idées noires. J ai vécu l enfer. Aujourd'hui je n'ai pas retrouvé mon vrai Moi la personne que j étais avant. Elle est où j étais une femme dynamique, solaire, avec des projets plein la tête. Tout à disparu on dirait que cette molécule a pris ma personnalité. A suivre...

Merci à vous ça fait du bien de vous lire.

Bisous du Nord de la France

Duruduru1000 - 05/01/2025 à 12h35

Moi je compte faire un sevrage a la buprénorphine a domicile je cherche des témpignage de gens ayant déjà essayer un sevrage a 11-12mg je trouve aucun tempignage apparemment se serait comparable a un sevrage de héroïne ??? Mais par apport a mon dosage je trouve aucune témoignage c'est sa qui me fait peur, avez vous des témpignages de personnes ayant essayer dans ces dosages ?

Melhani - 06/01/2025 à 19h00

Duru franchement à ton dosage je dirais que c'est pire que l'héroïne.

Mais j'ai tellement de mauvais souvenirs de mes arrêts de la came... plus intense mais moins long que le sub. Si je fais un raccourci que vous me pardonneriez.

De 12mg je suis descendue progressivement en prenant le temps, car les tentatives « à la dure » se soldait par la prise de méthadone trouvée par d'autre biais, ou par de la codéine, des tramadol, kéto, C, alcool, bref remplacer une conso par une autre n'avait pas de sens...

Aujourd'hui ma plus grosse appréhension en pensant à l'arrêt complet sont les crises d'angoisses couplées au manque de sommeil. Je sais que je vais être fragile, vulnérable, irritable mais je ne veux pas m'arrêter de travailler car je me dis que je serais encore plus mal à ruminer chez moi.

Et en même temps mon travail me demande d'avoir une machine à pensée en bon état de fonctionnement ! Il me faudrait un boulot où je suis occupée mais où je n'ai ni à réfléchir ni à prendre des décisions...

Lors de mon dernier arrêt j'avais pris du Diazepam pour dormir mais ça ne suffisait pas. Réveil nocturnes, sueur, jambes sans repos.

J'ai lu sur le forum une nana qui disait de faire une liste de ce dont on aurait besoin avant d'arrêter et je me dis que c'est vraiment pas con. Se préparer un peu comme si tu partais en trek et qu'il faut tout avoir parce qu'une fois dans le mal t'es pas vraiment en capacité de faire les choses.

Genre avoir une bouillotte à portée de main (bah ouais y a les sueurs et les coups de froid) de quoi manger en terme de bouffe confort ou réconfort. Suffisamment de dafalgan codéiné et Diazepam ou autre pour atténuer un peu...

Putain j'ai le sentiment d'avoir un dosage ridicule (par rapport à avant) et en même temps que c'est plus

compliqué de tout quitter...

Mais y a toujours une sortie au bout du tunnel !!

Force à vous de mes montagnes de Savoie !

Dixie - 14/01/2025 à 12h29

Bonjour à tous , dernière prise de sub dimanche matin je n'étais plus qu'à 0.4 mg depuis juin après 24 ans de prise,avec des hauts et des bas, arrêt de travail de 8 jours. Depuis hier midi fatigue, cette nuit bien mal dormi réveil toutes les heures , pour m'aider j'ai du xanax et seresta , pour l'instant des petites prises de seresta de 10 mg , j'ai commencé à prendre de l'ibuprofène ce midi également . Sinon pour l'instant ça va quand même, je m'attends quand même à ne plus tarder à avoir des impatiences aux membres , pour cela j'ai un vélo elliptique qui j'espère pourra me soulager !?! on verra, ce qui me rassure est d'être bien entouré , par ma femme , et par des amies infirmières