© Drogues Info Service - 4 juillet 2025

Vos questions / nos réponses

Sevrage Alprazolam

Par Joel6185 Postée le 18/11/2024 10:26

> Bonjour, Je prend de l'Alprazolam 0.50 mg depuis 7 ans avec la posologie suivante : 1 matin et 1 le soir au coucher. Ma généraliste qui se "réveille" au bout de 7 ans me dit qu'il faut réduire, et j'ai dû insister pour qu'elle me donne la posologie habituelle car je ne suis pas prêt à entamer un début de sevrage. De plus, l'Alprazolam (Xanax) étant une demie vie courte, celle-ci se contentait de vouloir me réduire le Xanax au lieu de me faire basculer vers une benzodiazepine à demie vie longue, type lysanxia qui est plus facile à sevrer. Mes questions sont donc : N'est-ce pas au patient de décider le moment idéal pour entreprendre un sevrage ? De plus, vu sa proposition à vouloir me réduire simplement le Xanax, est ce que ceux-ci (les généralistes) sont-ils réellement apte aux sevrages des benzodiazepines, n'est ce pas plus indiqué de s'adresser à un addictologues ou psychiatre ? Et enfin, vu que j'en prend depuis 7 ans, est ce que le passage d'une demie vie courte (xanax) à une demie vie longue (lysanxia) pour un sevrage le jour où je serais prêt, serait-il adapté pour moi ou est-ce seulement faisable pour ceux qui en prennent depuis peu de temps ? En vous remerciant, Cordialement.

Mise en ligne le 21/11/2024

Bonjour,

Nous sommes sensibles aux préoccupations qui sont les vôtres et comprenons bien que cela génère des inquiétudes quant à la gestion de votre traitement.

Néanmoins, nous ne disposons pas de médecin dans le service et ne sommes pas en mesure de répondre précisément à vos attentes.

Nous vous invitons à échanger de nouveau avec votre médecin pour lui soumettre vos interrogations si cela est envisageable, afin de trouver une solution satisfaisante.

Sinon, nous vous conseillons de vous rapprocher d'une consultation en addictologie. Il existe des consultations individuelles, confidentielles et gratuites dans des Centres de Soins d'Accompagnement, de Prévention en Addictologie (CSAPA). Médecin addictologue, psychologue, infirmier accueillent toute personne désireuse d'être soutenue dans une démarche de gestion ou d'arrêt d'une dépendance.

Si cette perspective vous intéresse, vous trouverez en bas de page les coordonnées d’un CSAPA proche de vous. Il suffit de les contacter pour prendre un rendez-vous.

En attendant, pour d’autres informations ou un soutien ponctuel, vous pouvez contacter nos écoutants par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit), tous les jours de 8h à 2h. Egalement par tchat via notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Avec tous nos encouragements.

Bien à vous

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suiv

---

CSAPA L'Espace

25 bis, route d'Egly
91290 ARPAJON

Tél : 01 64 90 62 00
Accueil du public : Lundi de 9h30-18h - Mardi et mercredi de 10h-18h - Jeudi de 10h-13h et de 15h-18h - Vendredi de 9h30- 15h
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous, jeunes consommateurs (moins de 25 ans), être accompagné d'un responsable légal pour les mineurs lors du 1er rendez-vous.
Substitution : Suivi de traitement de substitution aux opiacés avec délivrance sur place : sur rendez-vous.

Voir la fiche détaillée