

Forums pour les consommateurs

## sevrage benzodiazepine

Par sev54 Posté le 13/12/2024 à 21h12

Bonjour

Je viens ici pour avoir un peu d'aide et savoir si quelqu'un a déjà eu autant de xanax que mon mari sur du long terme. Mon mari a 59 ans et il fait le sevrage du xanax depuis début septembre. Il prend cette drogue depuis presque 30 ans suite à des insomnies et de léger fourmillement sur la tête, les médecins ont mis ça sur le dos de l'anxiété. Les doses ont été augmentées au fil des années car des céphalées se sont installées et sont devenues chroniques, l'anxiété et des douleurs dans le dos se sont accentuées. Il était arrivé à 5 xanax 0.50 mg. La psy et la neurologue ont tout essayé pour calmer le poids sur la tête, (céphalées). Il a eu du solian, effexor, laroxil etc...mais rien ne calme cette pesanteur, fourmillement et engourdissement au dessus du cuir chevelu. Nous avons décidé de faire le sevrage des benzo pour voir si à la fin, cette douleur sur la tête pourra se calmer. Le sevrage est vraiment très compliqué, à ce jour, il lui reste 2 xanax 0.25, 1 xanax 0.50 et une moitié de 0.25. Les céphalées sont multipliées par 10, les douleurs dans le dos sont plus intenses. Il dit avoir l'impression de s'enfoncer dans le sol quand il est debout à cause du poids sur la tête. Quand il est allongé les céphalées se calment direct et reviennent aussitôt debout. Allongé il ressent comme des décharges dans les pieds. La psy lui a conseillé de baisser de 0.25 mg tout les 15 jours, mais trop dur du coup nous avons baissé de moitié de 0.25 tout les 15 jours mais c'est encore compliqué. Il pleurait et s'énervait beaucoup. Elle lui a du coup prescrit le solian et du buspirol pour l'aider. Pourriez-vous nous aider et nous conseiller afin de sortir de ce cauchemar. Les médecins nous empoisonnent mais ne savent comment nous sortir de ça. Merci beaucoup pour vos commentaires

### 3 réponses

---

Akouna - 16/12/2024 à 15h56

Bsr

Effets pervers des benzo qui engendrent une dépendance très forte. Il est sur le bon chemin et doit accepter que son corps lui fasse mal car il l'a maltraité 30 ans avec cette chimie.

A-t-il essayé le cbd en huile sublinguale. Ça pourrait l'aider je pense. Car les toubibs substituent à une molécule une autre molécule.

Et du sport du sport du sport car ça lui procurera les mêmes hormones de plaisir et de détente.

Qu'il ne lâche rien. Le cerveau est archaïque et demande sa dose. Il n'a pas encore compris. Ce n'est que dans la répétition qu'il comprendra. Sur une addiction aussi longue cela risque d'être long et proportionnel à la problématique qui l'a fait tomber dans la dépendance aux benzo.

Perso je suis en sevrage de canna et le cbd en huile à mettre sous la langue me détend bien.

sev54 - 16/12/2024 à 21h22

Bonsoir Akouna,

Tout d'abord merci pour ton retour.

Il a pas essayé le CBD mais j'avais déjà regardé sur internet et ils disent que ce n'est pas conseillé d'en prendre avec les benzo.

Du coup j'ai un peu peur.

J'espère qu'il va réussir à tenir car c'est vraiment très dur et en plus il a de plus en plus de mal à dormir.

Nil92 - 18/12/2024 à 09h57

Bonjour,

En sevrage de benzos aussi (Lexomil). De 2 barrettes et demi, je suis à 1 barrette et 1/4/jour (réduction sur plusieurs mois).

Je ne sais pas pour le Xanax car je ne le supportais pas, mais ce qu'il y a de plus dur avec les benzos, ce sont les "paliers" - réduire d'un quart toutes les X semaines. Les 3 premiers jours avec la nouvelle dose. Après ça va plus ou moins. Le CBD j'avais acheté de l'huile mais outre que c'est dégueulasse, ça a amplifié mes céphalées et j'ai arrêté. Quand j'ai un palier, je fais une nuit blanche et la nuit suivante je dors 2 heures. Les benzos sont une saloperie, je voudrais ne jamais en avoir pris. Ainsi va la vie...