© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Je suis accro à la codéine, je n'arrive pas à arrêter.

Par Mike77 Postée le 08/02/2025 07:55

> Salut, j'ai 29 ans. Ça fait presque dix ans que je prends de la codéine. J'arrive à m'en procurer via Dokteronline, un site légal. Je me rends compte que j'en consomme beaucoup trop et que ça me coûte une blinde, avec les consultations et les frais de port à chaque fois. Je sais plus quoi faire. J'ai déjà essayé d'arrêter seul, mais j'ai des symptômes de manque, diarrhée, courbatures, etc. J'ai vraiment besoin d'aide pour arrêter, je suis au bout du rouleau.

Mise en ligne le 10/02/2025

Bonjour,

Nous comprenons vos difficultés à vous détacher de la codéine. Il s'agit d'un médicament opioïde antalgique puissant, qui entraîne rapidement une dépendance, et des symptômes de sevrage très pénibles.

L'arrêt seul n'est pas formellement déconseillé, cependant les symptômes sont parfois violents et peuvent alors déclencher des reprises de consommation, ce qui altère la motivation et la confiance en soi. C'est pourquoi il est souvent préconisé de réduire progressivement les dosages. L'arret brutal (d'un coup) reste possible, étant sans risque d'un point de vue sanitaire. Dans ce cas là, les symptômes de sevrage durent en moyenne une semaine.

Comme vous l'avez bien exprimé, une aide extérieure peut être nécessaire. Nous vous encourageons à bénéficier d'un suivi dans des services spécialisés en addictologie. A Jossigny, le Centre Hospitalier propose des consultations individuelles gratuites et sans jugement, à toute personne en difficulté avec sa consommation, avec un médecin addictologue. Cela vous permettrait de consolider votre démarche, et de réfléchir à des pistes qui vous conviendraient (diminution progressive, hospitalisation complète...). Vous retrouverez en bas de page les coordonnées de ces consultations à Jossigny.

Si vous ressentez le besoin d'être hospitalisé, c'est-à-dire de recourir au sevrage dans un service dédié pendant une à plusieurs semaines, il est possible de faire une demande d'admission dans un établissement proposant des séjours de cure. Il n'y en a malheureusement pas dans le 77, nous ajoutons tout de même les coordonnées des structures des départements limitrophes.

N'hésitez pas à revenir vers notre équipe si vous souhaitez en savoir davantage sur les modalités de soins que nous vous proposons. Notre ligne d'écoute est ouverte tous les jours sans exception: entre 8h et 2h par téléphone (au 0 800 23 13 13, appel anonyme et gratuit) ou par tchat à partir de 14h.

Nous glissons également en fin de réponse les articles de notre site internet consacré à la démarche d'arrêt.

Nous vous envoyons tous nos encouragements pour la suite de votre parcours.

Bien cordialement.

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

---

CSAPA / Equipe de Liaison Intra hospitalière et de Soins en Addictologie

94 rue des Anciens Combattants
AFN TOM- Centre Hospitalier de Chauny
02300 CHAUNY

Tél : 03 23 38 53 90
Accueil du public : Du lundi au vendredi sur rendez-vous de 8h30 à 13h et de 13h30 à 17h

Voir la fiche détaillée

Service de liaison et de soin en addictologie du C.H Brisset

40, rue aux Loups
CH Brisset
02500 HIRSON

Tél : 03 23 58 82 94
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 8h30 à 16h30

Voir la fiche détaillée

Clinique du Parc- Pôle Addictologie

23 rue des Frères Capucins
Clinique du Parc
95310 SAINT OUEN L'AUMONE

Tél : 01 34 40 46 17

Site web : www.cliniqueduparc.org
Secrétariat : Service régulation des admissions joignable du lundi au vendredi de 9h-17h par téléphone au 01 34 40 41 41
Accueil du public : Consultations médicales externes sur rendez-vous : du lundi au vendredi entre 9h et 13h ou entre 14h et 17h.

Voir la fiche détaillée

Clinique Ker Yonnec

Départementale 70
89340 CHAMPIGNY SUR YONNE

Tél : 03 86 666 666
Site web : www.keryonnec.com
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 8h à 19h. Serveur à reconnaissance vocale. Demander bureau des admissions.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Arrêter, comment faire ?
- Je souhaite me faire aider.