© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Sevrage codéine

Par Annecy Postée le 26/03/2025 09:20

> Après un accident et de multiples fractures on l'a prescrit pendant 3 mois Dafalgan codeine 6comprimes par jour. Je l'ai arrêté sans problème. Il y a 2 ans une opération pour consolider mes fractures car je ne pouvais plus marcher m'a à nouveau donné des douleurs chroniques très fortes . À la suite de tout cela j'avais arrêté mon travail et on m'a appris que je ne pourrais plus travailler, j'ai faune grosse dépression , et reprise du même traitement.. après 6mois j'ai essayé de diminuer le Dafalgan à 4 puis 2 comprimés par jour mais je n'arrive pas à arrêter car je le sens très mal si je n'en prends pas, idées noires, tremblements, je n'arrive à rien faire moral et motivation à zéro et angoisse. Je prends toujours un antidépresseur plus léger Brintellix10mg et Lysanxia . J'ai très peur des dégâts sur mon organisme et mon foie . Depuis 3jours je n'ai pas pris de Dafalgan mais c est très dur, on m'a dit que si je pouvais tenir au moins 8 jours ça serait presque gagné mais je me sens vraiment très mal, je voudrais avoir des conseils de personnes dans le même cas et est ce que j'ai bien fait de tout stopper d'un coup? Merci beaucoup pour vos réponses et pour m'avoir écouté

Mise en ligne le 27/03/2025

Bonjour,

A la lecture de votre message et de ce que vous avez traversé ces dernières années, nous comprenons bien votre difficulté à vous libérer totalement de la codéine.

Il est important de savoir qu'à la suite d'un usage répété d'opioïdes et comme vous le décrivez suite à un traitement antidouleur prolongé, une tolérance et une dépendance peuvent se développer. Un syndrome de sevrage apparaît à l'arrêt ou au cours de la diminution du traitement. Il est marqué par des symptômes tels que ceux que vous évoquez, anxiété, tremblements, angoisse, … Ce syndrome de sevrage débute en général 24 heures après l'arrêt de la consommation. Il atteint un pic entre 48 et 72 heures et disparaît après une semaine environ. C'est la raison qui explique « qu'on » vous a dit que passés 8 jours, vous vous sentiriez mieux, vous avez probablement déjà traversé les 3 jours les plus difficiles.

Si nous comprenons bien que ces symptômes puissent être éprouvants, il est important de vous appuyer sur la notion de temporaire, passager, transitoire, un moment difficile qui ne dure pas, qui va prendre fin après une semaine. Il vous serait utile et bénéfique dans cette période de réfléchir à ce qui pourrait vous faire du bien, aux personnes que vous auriez envie de voir et avec qui vous partageriez un moment agréable.

Par ailleurs, à la lecture de votre message, nous nous interrogeons sur le fait que vous souhaitiez le partager avec d'autres personnes qui auraient peut-être connu des situations similaires à la vôtre, aussi nous vous joignons le lien ci-dessous des espaces « Forum de discussions » et « Témoignages » de notre site. C'est en tant que professionnels que nous vous répondons.

Si vous souhaitez bénéficier d'un soutien ponctuel pendant cette période difficile de sevrage, il est possible également de nous joindre de façon anonyme et gratuite tous les jours de 8h à 2h au 0 800 23 13 13 ou par chat de 14h à minuit en semaine, de 14h à 20h les samedi et dimanche.

Nous vous joignons le lien "opioïdes" extrait de notre "dico des drogues". A la rubrique "dépendance", vous pourrez y retrouver les informations concernant le sevrage.

Nous vous encourageons dans votre démarche.

Bien cordialement

En savoir plus :

- Forums Drogues info service
- Témoignages Drogues info service
- Fiche sur les opioïdes