

Vos questions / nos réponses

## Informations suite a un arrêt de méthadone

Par [Vivinio](#) Postée le 18/08/2025 15:06

Bonjour,je suis un traitement méthadone depuis quasiment 2ans .Le dosage étant de 20 mg quotidien .J ai stoppé mon traitement le jeudi 14 aout dernière prise a 3h20.J'ai contacter un généraliste qui m'a prescrit le générique du médicament valium a dosage 5mg matin,midi,soir.Avez une idée de la durée la plus violente en symptômes de sevrage et une idée de la durée moyenne selon mon cas,113kg.Avec vous des suggestions ou idée de médicaments afin d atténuer les intenses douleurs ?J ai pris le numéro de téléphone,si besoin est ressenti je téléphonerai.Salutations

---

**Mise en ligne le 20/08/2025**

Bonjour,

Il n'existe pas de durée-type pour le sevrage à la Méthadone, cela dépend de votre organisme. En règle générale, il faut s'attendre à un sevrage plus long qu'avec l'héroïne, c'est la raison pour laquelle il peut être préférable de diminuer la Méthadone petit à petit, par paliers.

Pour surmonter les douleurs liées à l'arrêt de la Méthadone, des bains chauds ou froids, ainsi que des massages des membres peuvent soulager l'intensité de la douleur, sans toutefois la faire disparaître. Cette période de sevrage étant très pénible, nous vous encourageons à vous ménager au maximum.

Nous ne savons pas si vous êtes suivi en addictologie, cela pourrait être intéressant d'en parler avec le médecin qui vous prescrivait la Méthadone. En cas de souhait d'arrêter le traitement, il est recommandé de diminuer très progressivement afin d'éviter l'apparition de symptômes de manque, qui peuvent être à l'origine de rechutes.

Nous restons évidemment disponibles par téléphone ou par tchat en cas de besoin, comme vous l'avez très bien compris.

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

Bien cordialement.

---