© Drogues Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

arrêt traitement methadone

Par Keco44 Postée le 28/10/2025 02:13

> Bonjour, Je suis une "jeune" maman de 37ans d'un petit garçon de 4ans. Je suis sous traitement methadone depuis 5 ans sans consommation à côté depuis 4ans . Actuellement je suis à 40mg en gélule. Il y a 10 jours l idée m'a prise de ne plus vouloir non plus être dépendante d'un médicament donc j'ai tout arrêter. Consciente que je serais bien dans le mal mais avec l'envi que se soit vite terminé. J'avais lu sur internet que cela durerais 3 jours. Bon sans vouloir être vulgaire j'en ai " c..é" oui bavé physiquement. La au au bout de dix j'ai encore quelques symptômes physiques.... mais c'est mieux disonsque ça fait le yoyo dans la journée et mes nuits sont difficiles beaucoup de mal à dormir. Bref se qui m'inquiète c'est plutôt le moral, je suis de tempérament joyeux et dynamique Et la j'ai le goût à rien, j'ai perdu deja 2kg en 10j je peine à me bouger. Bon ma question est celle ci est ce que maintenant que j'en suis à 10j je reste sur ma lancée en espérant allé mieux. Ou étais ce une erreur et revoir avec mon médecin pour peut reprendre 10mg par jours afin de retrouverun semblant de vie. Qu'en pensez vous ? Dans l'attente de vos réponses bienveillantes!!

Mise en ligne le 05/11/2025

Bonjour,

Nous comprenons votre souhait légitime de vous séparer de votre traitement de substitution, après un arrêt de consommations d'opioïdes consolidé.

Globalement il n'existe pas de délai établi sur la durée du traitement de substitution. Il est parfois recommandé de le continuer de manière durable en fonction de paramètres individuels comme des raisons médicales ou psychologiques. Dans le cadre de cet espace, nous ne pouvons vous amener d'éclairage sur votre situation individuelle.

Il est en général plutôt recommandé d'effectuer une diminution progressive afin d'éviter l'émergence de signes de manque qui peuvent être facteurs de rechute.

D'après les informations dont nous disposons concernant un arrêt brutal, le syndrome de sevrage à la méthadone peut se manifester dans les 24 à 72H. Il peut s'étendre sur une période plus prolongée qu'un sevrage à l'héroïne. Le sevrage à l'héroïne et aux opiacés s'étend sur une durée moyenne selon les individus de 5 à 10 jours.

Nous espérons qu'à ce jour vous avez pu retrouver un bien-être. Si tel n'est pas le cas vous pouvez effectivement vous tourner vers votre médecin prescripteur.

Il vous est également possible de rencontrer des professionnels du champ de l'addictologie dans des structures nommées Centres de Soin d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Les consultations individuelles sont proposées dans un cadre confidentiel et non payant (pris en charge par la Sécurité Sociale). Les équipe sont généralement composées de médecin addictologue, psychologue, infirmier...

Si cette dernière piste vous semble adaptée à votre situation, vous trouverez en bas de réponse un lien "adresses utiles" pour effectuer une recherche de CSAPA près de chez vous.

Si vous souhaitez des coordonnées affinées ou échanger davantage sur votre situation, vous pouvez contacter un de nos écoutants. Nous sommes accessibles 7J/7J, par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) de 8H à 2H du matin ou par le Chat de notre site Drogues Info Service du lundi au vendredi de 14H à minuit et le samedi et le dimanche de 14H à 20H.

Avec tout notre soutien dans votre démarche.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service
- Fiche sur la méthadone

Autres liens :

- J'ai envie d'arrêter mon traitement de substitution