

Forums pour les consommateurs

Usage des benzodiazépines

Par Anxiety Posté le 28/11/2025 à 09h52

Bonjour,

Je suis un homme de 27 ans habitant en région parisienne. J'ai des problèmes d'angoisse très forts et j'utilise du Lysanxia (Prazepam) à hauteur de 20mg par jour et j'alterne aussi avec du Lexomil (bromazepam) entre 6 et 9 mg par jour. Si je n'en prends pas, ma vie est tout simplement un enfer. Cela fait depuis le mois d'aout environ que ma consommation est devenue journalière. La vie sans benzodiazépine est tout simplement un calvaire pour moi. Ma seule peur est le développement d'une tolérance, particulièrement vis-à-vis des effets anxiolytiques des benzodiazépines. Je voulais savoir si une consommation à long-terme pour un cas comme le mien (trouble de l'anxiété sévère) pouvait être envisagé ou bien si le traitement à long-terme allait rendre mon angoisse encore pire avec le développement d'une tolérance nécessitant des doses toujours plus fortes.

Je suis bloqué entre la peur de la tolérance et le fait qu'il faille augmenter les doses toujours plus pour atteindre un état d'anxiolyse et le fait qu'une journée sans benzo est pour moi un véritable cauchemar.