© Drogues Info Service - 8 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

TRAMADOL - ZALDIAR

Par Profil supprimé Postée le 15/05/2012 08:50

> Bonjour à vous,
> depuis octobre 2010 j'ai subit trois opérations au niveau du crane.. le zaldiar à raison de 6 par jour pendant plus d'un an et le tramadol depuis février. Je me rend compte d'une dépendance car j'ai voulu arrêter progressivement en prenant un cachet tous les deux jours, le problème est que si je veux faire un tous les trois jour, la troisième journée et nuit se passe très mal. Je ne ferme pas l'oeil de la nuit, donc je fini par en reprendre un pour pouvoir dormir un peu. Je ne le prend plus pour la douleur mais juste parceque j'en suis completement dépendante. Que dois je faire et comment faire pour l'arrêter ? J'ai bien pensé prendre un somnifere pour dormir, ce qui remplacerai le tramadol mais je ne suis pas sur de prendre ce qu'il faut.
> Merci de vos réponses j'ai besoin de votre aide....
> Chris.

Mise en ligne le 16/05/2012

Bonjour,

Le tramadol, contenu également dans le Zaldiar, est un analgésique central, proche de la codéine, agissant sur le même type de récepteurs que la morphine. Il peut entraîner une pharmacodépendance lors d'un usage prolongé.

Il est possible d'arreter progressivement sans précipiter la réduction des doses. Mais il se pourrait que, pour l'instant encore, il soit prématuré pour vous de prendre un cachet tous les trois jours, ce que vous décrivez le 3é jour pouvant s'apparenter à un syndrome de manque physique.

Il s'agirait donc d'opérer cette diminution un peu plus progressivement afin d'éprouver le moins d'inconfort possible et de ne pas vous mettre en difficulté.

Votre médecin prescripteur serait à même de vous conseiller et de vous suivre dans votre démarche de diminution. S'il vous est difficile de lui en parler, vous avez également la possibilité de vous adresser à un CSAPA (Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) habilité à vous suivre dans cette problématique de pharmacodépendance. Vous trouverez ci-dessous les coordonnées d'un centre proche de chez vous. Les consultations y sont individuelles, confidentielles et gratuites.

Si vous souhaitez plus de précisions ou simplement parler de ce qui vous préoccupe, trouver du soutien, n'hésitez pas à nous joindre au 0 800 23 13 13 (appel anonyme est gratuit depuis un poste fixe, 7/7, de 8h à 2h).

Bien à vous.

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

CSAPA du CHI de Poissy-Saint-Germain-en-Laye : Site de Mantes la Jolie

122, boulevard Carnot
78200 MANTES LA JOLIE

Tél : 01 30 63 77 90
Site web : www.ghtyvelinesnord.fr/services/addictologie-csapa/
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h00 à 17h00.
Consultat° jeunes consommateurs : Consultations pour les jeunes de moins de 25 ans, avec ou sans entourage : sur rendez-vous.
Substitution : Suivi-prescription et délivrance de traitement de substitution aux opiacés pour les patients suivis.

Voir la fiche détaillée