© Drogues Info Service - 4 mai 2025

Vos questions / nos réponses

comment je pourrais arrêter l'alprazolam ?

Par Profil supprimé Postée le 12/11/2013 15:30

> j'ai arrêter l'alcool depuis 6 mois mais depuis 6 ans je suis dépendant aux benzodiazépine & j'en consomme plus de 10/jour pour être bien & ne pas avoir de crise de panique, d'angoisse & de peurs. en fin de mois je dois calculé combien il m'en reste pour ne pas être en manque mais je le suis tout de même à cause des quantité prise les 15 premier jours & là j'ai pleins d'angoisse, de peurs & de crise de panique mais je ne sais comment m'en détacher. je sort d'une addiction pour rentrer ds une autre & j'en ai eu d'autre, comme le cannabis les drogues plus dur mais j'ai plus que les médicaments qui me posent problème & je ne sais comment m'en sortir? quand j'en prends pas, je suis très mal, je ne peux rien faire, pas sortir de chez moi & déjà que toutes mes addictions m'ont renfermé je ne sort pratiquement jamais de chez moi. je souffre de solitude. je suis actuellement à la recherche d'un emploi & vue que je n'ai plus travailler depuis 2008 j'ai très peur de ne pas retrouver d'emploi & il n'y à que l'alprazolame qui m'apaise mais je veux apprendre à vivre sans produit & retrouver une vie social. j'ai fait bcp de centre de cure pour me sortir de l'alcool & je n'ai pas envie de retourner ds un centre de désintoxication. j'ai essayer le CMP mais avec les 2 psy cela n'a pas du tout fonctionner & je ne sais plus quoi faire. merci si vous pouvez m'apporter une solution qui pourrait m'aidé, j'en serais heureux.

Mise en ligne le 13/11/2013

Bonjour,

Afin de respecter les règles d'anonymat de notre service, nous nous sommes permis de retirer votre prénom. Merci de votre compréhension.

Vous avez arrêté de consommer de l'alcool ainsi que d'autres drogues par le passé, et souhaitez aujourd'hui arrêter de prendre de l'alprazolam. Ce médicament, que vous prenez depuis plusieurs années, peut provoquer une dépendance forte, tant physique que psychologique. Il est donc compréhensible que vous ayez du mal à vous en défaire.

Vous nous dites avoir fréquenté beaucoup de centres de cure pour vous sortir de l'alcool, et avoir sollicité les psychologues du Centre Médico-Psychologique. Afin d'être aidé dans votre démarche, nous vous conseillons de vous rapprocher du Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) de

La Flèche, dont nous vous donnons les coordonnées en fin de message. Vous pourrez y rencontrer une équipe pluridisciplinaire spécialisée dans les problèmes de dépendance, y compris la dépendance aux médicaments. Nous espérons que vous y trouverez l'aide que vous recherchez.

Pour d'autres informations, ou tout simplement pour en parler, vous pouvez nous appeler au 0800 23 13 13 (Drogues Info Service, appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe, tous les jours de 8h à 2h du matin).

Cordialement.

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