© Drogues Info Service - 8 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Arrêt anti depresseurs +anxyolitiques+somnifère

Par Profil supprimé Postée le 26/12/2013 21:04

> Bonjour,
> Je suis sous seroplex 20+buspirone+stilnox depuis plus de 6 mois (pour le stilnox et le buspirone et plus de 4 ans pour le seroplex). J'ai des troubles de la mémoire importants plus du tout de libido et une très grande fatigue générale. Je suis suivie par un psy que ça n'a pas l'air d'inquiéter mais moi je n'en peux plus de prendre tout ça . je ne suis plus moi. J'ai peur de tous les effets de ces médicaments. Je voudrai au moins commencer par arrêter le stilnox (et ensuite le seroplex). J'en prend un au coucher mais lorsque j'ai essayé plusieurs fois de ne plus en prendre je fais des cauchemars très sanglants ou je n' arrive pas du tout a dormir. Comment faire ? Mon psy m'a seulement dit que quand je serais prête a m'en passer ça se ferait tout seul. Je n'y crois pas. Aidez moi svp car je ne veut pas être une accro aux médocs. J veux arrêter tout ça... Merci pour votre réponse.

Mise en ligne le 06/01/2014

Bonjour,

Nous comprenons votre besoin de retrouver vos facultés. Nous ne serions que trop vous conseiller de ne pas arrêter ou diminuer seul votre traitement. Nous avons bien compris que vous étiez en désaccord avec le psychiatre qui vous suit ou du moins que la communication n’était pas satisfaisante. Dans votre situation, nous vous proposons d’envisager trois possibilités.

La première, serait d’en reparler avec lui pour vous assurer qu’il a bien compris que vous ne parvenez plus à supporter les effets de votre traitement. Vous pouvez lui demander s’il n’y a pas un ajustement du dosage qui pourrait améliorer votre état et le rendre plus supportable.

La deuxième concerne le suivi que vous mentionnez avec ce psychiatre. Ce suivi est-il uniquement un suivi médical concernant votre traitement ou bien est-il également un soutien et une psychothérapie qui complète la thérapie par le traitement ? Dans ce cas, ce soutien est-il satisfaisant ? A quelle fréquence ? Peut-être auriez-vous besoin d’un soutien renforcé. Augmenter la fréquence des rendez-vous par exemple et/ou trouver un soutien psychologique supplémentaire avec ce même psychiatre ou avec une autre personne (psychiatre ou psychologue).

La troisième piste si la première n’avait pas trouvé satisfaction, consisterait à trouver un avis médical auprès d’un autre psychiatre ou médecin spécialisé en addictologie par exemple. Il vous est possible de consulter des spécialistes anonymement et gratuitement en "Centre de Soin en Addictologie" (CSAPA). Dans le cas où vous choisissiez de rencontrer un autre médecin, il est important de lui communiquer toutes les étapes qui vous ont amenées à lui (la rencontre avec votre psychiatre, l’initialisation du traitement, vos symptômes, les effets du traitement etc).

Vous trouverez ci-dessous une adresse d’un centre proche de chez vous.

Bien cordialement.

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

CSAPA de Tain - Tournon - Association Addictions France

Impasse Emile Junique
ZAC de Champagne
07301 TOURNON SUR RHONE

Tél : 04 75 08 09 86
Site web : addictions-france.org/
Secrétariat : Du lundi du vendredi de 9h à 12h et de 13h à 16h le mercredi de 9h à 12h et de 13h30 à 16h30 et le vendredi sur deux semaine impaire de 9h à 12h et de 13h à 16h
Accueil du public : Du lundi du vendredi de 9h à 12h et de 13h à 16h le mercredi de 9h à 12h et de 13h30 à 16h30 et le vendredi sur deux semaine impaire de 9h à 12h et de 13h à 16h
CAARUD : Permanences CSAPA-CAARUD (même adresse - autre entrée) Lundi et Jeudi de 14h à 16h30 à l'Impasse Emile Junique - ZAC de Champagne (Voir également CAARUD)

Voir la fiche détaillée