© Drogues Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

posologie de buprénorphine inadaptée

Par Profil supprimé Postée le 29/06/2014 14:20

Bonjour,

Mon contexte en bref : je suis dépressif et sous traitement antidépresseur / anxiolytique depuis plus de 10 ans.

J'ai consommé de l'héroïne depuis octobre 2013.
A cette époque, je me suis retrouvé au chômage, seul, et j'ai sombré.

Mes dernières consommations approchaient le gramme par jour.

Début mai, j'ai retrouvé un CDI et je m'en sors pas trop mal au travail. J'ai donc décidé d'arrêter l'héro.

Depuis peu j'ai donc arrêté l'héroïne et je suis allé dans un centre spécialisé en toxicologie qui m'a prescrit de la buprénorphine 4 mg.

Après une première rechute (il me restait de l'héro chez moi), j'ai commencé à prendre mon traitement sérieusement il y a 8 jours.

Le week-end dernier j'ai ressenti des sensations d'angoisse, des nausées et vomissements, je suis allé dès lundi chez mon généraliste
(plus proche et plus pratique que le centre qui m'aurait obligé à prendre les transports en commun et je n'étais pas en état de le faire).

J'ai donc tout raconté à mon médecin traitant (ce qui m'a soulagé au passage) et il m'a prescrit 1 mg de BHD en plus, soit 5 par jour.

J'ai repris le travail dès mardi et suis allé bossé jusqu'au vendredi, sans problème, en prenant les 5mg / jour.

Vendredi, je suis retourné au centre qui m'avait prescrit la dose initiale en leur expliquant ma situation.
Ils n'ont pas apprécié que je ne les ai pas prévenus, que je sois allé voir un autre praticien, ne me font plus confiance,
et on refusé de maintenir les 5 mg sous prétexte que ce serait plus difficile de décrocher.
J'assume mon erreur, mais j'étais en situation de détresse alors j'ai fait au plus simple.

Mais si je me limite a 4 mg le matin, je me sens en manque en fin d'après-midi et je dois prendre mon 5e mg (le dernier aujourd'hui)

pour me sentir mieux et éviter des attaques de panique.

Je sais qu'il est dur de décrocher de la BHD.
Mais voici mes 2 options :
- je reste à 4 mg, et avec mon contexte dépressif et anxieux, je risque de ne pas tenir et devrai me faire arrêter.
Etant en période d'essai, je vais me faire virer, me retrouver au chômage et sombrer comme en octobre dernier, et ça m'avait poussé vers l'héro.
- je retourne voir mon généraliste et demande à être stabilisé à 5mg dans un premier temps, comme la semaine passée,
cela me permettra d'aller travailler sans effet secondaires et de rester "en société"

Mon travail est vital pour moi. Je n'ai pas d'ami et suis complètement isolé. Sans le boulot, je coule complètement.

Alors de mon point de vue il est préférable de continuer la BHD, en attendant une psychothérapie efficace (j'ai un premier RDV
psy dans un CMP début août, c'est loin, mais il n'y avait pas plus tôt) pour envisager la diminution
et éventuellement l'arrêt.

Je vois ça comme un "moindre mal", vu mon état dépressif.

Je sors à peine la tête de l'eau et je risque de me noyer à nouveau à cause d'une posologie inadaptée et
aussi par ma faute, car j'aurais dû tout dire au médecin du centre, mais je craignais qu'il me jette à la porte.
Il ne me reste que mon généraliste, qui me suit depuis 12 ans, et qui sait toute la vérité maintenant.

Je me vois trop fragile pour faire du 4 / 3 / 2 / 1mg puis arrêt en 5 semaines. C'est inenvisageable pour ma situation particulière.
Je n'ai pas la force mentale pour le supporter.
Et je n'ai pas envie de retoucher à cette saleté d'héro (8 jours d'abstinence aujourd'hui)

J'envisage donc de retourner voir mon généraliste demain pour maintenir mes 5 mg.

Que me conseillez-vous ?
Est-ce que pour ma situation et mes antécédents il est préférable de maintenir la BHD ?
Ou bien faut-il absolument et rapidement la diminuer et l'arrêter, avec les conséquences possibles que j'ai citées.
Quel est votre point de vue s'il vous plait ?

Je vous remercie de vos conseils, je suis perdu.

Mise en ligne le 01/07/2014

Bonjour,

Nous comprenons que vous vous sentiez perdu dans cette situation difficile.

N'étant pas médecin, nous ne pouvons vous conseiller sur des questions d'ordre médical.

Disons simplement qu'il est certain que perdre votre travail n'est pas une solution puisqu'il vous aide dans votre quotidien et assure votre avenir. Vous avez fait le choix de rencontrer un thérapeute et cela nous parait essentiel parce qu'effectivement un médicament à lui seul ne peut régler des questions de fond liées à vos consommations. Malgré le délai de votre RDV, nous vous encourageons à poursuivre dans cette démarche.

Il nous parait aussi important, dans la mesure du possible, de rompre peu à peu votre isolement; peut être pourriez vous commencer en proposant à un collègue de sortir au restaurant, d'aller marcher ensemble dans la nature par exemple... ou envisager de vous inscrire à une activité qui vous plaise.

Votre démarche de soin, courageuse, porte déjà ses fruits. Sachez que les erreurs, la rechute font partie du processus de soin et que l'essentiel est d'en tirer des enseignements pour l'avenir.

Pour d'autres informations, pour parler de cette situation qui vous préoccupe ou pour être soutenu en période de sevrage, vous pouvez contacter l'un de nos écoutants 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).

Bien à vous.
