© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

demande d'aide

Par Profil supprimé Postée le 09/07/2014 20:57

> Bonsoir
> Je suis desespere. J'ai urgement besoin d aide et de clarification svp.
> Je suis sous.zaldiar depuis 2 ans (actuellement) 30 comprimes. Je n en peux plus de vivre cette vie. Je dois au plus vite etre "clean" et avoir a nouveau une vie normale, me sentir vivamte.
> Il est impossible que mon emtourage ne sache qupi que ce soit. Je ne peux pas vmt m absenter de mon travail, a la limite je peux prendre 2 jours plus le weekend.
> J ai ete voir un psychiatre qui m a d abord il est impossible d arreter sans hopital (impossible de ke devoiler). Il a fini par proposer une tentative d arret du zaldiar avec le subutex.
> Le sevrage est supose dure 15 jours comme suit:
> Arreter 36heures sajs rien
> - J1: 4mg
> - J2, j3, j4, et j5: 8 mg
> - j6, j7 , j8, j9, j10: 4mg
> - j11, j12 , j13, j14 : 2 mg
> - puis arret total.
> Ce qui m'inquietes , c'est les temoignages que j ai lu sur les forums, disant qu'il faut arreter tres progressivement, avec un petit dosage, que les douleurs vont etre fortes, etc...
> Je suis tres confuse et je m aventure ds quelaue chose sans savoir a quoi m'en tenir, d autant plus que je serai qu travail. Je ne sais pas si le medecin sait ce qu il fait parce que les temoignages parlent du contraire.
> Est ce que je fqis sentir le mamque et les douleurs? Au debut? Pendant ces 2 semaines en prenant 8mg puis 4 puis 2? Et a l'arret il ua des douleurs physiaies insuportables? J ai egalement lu que le manque apparait 3 jours apres l arret de la buprenorphine??
> Aidez moi SVP. Je suis confuse, j apprehende. Je commence vendredi et j ai peur. Je n ai personne a qui parler

---

Mise en ligne le 10/07/2014

Bonjour,

Le Zaldiar étant un médicament qui contient un dérivé d'opiacé, sa consommation regulière peut amener à une dépendance physique. Un arrêt brutal est sans risque pour votre santé physique, mais des symptômes de manque apparaitront certainement. Il est de manière générale conseillé d'arrêter petit à petit, sur le long terme, afin de ne pas en plus vous confronter à des difficultés sur le plan psychologique. En effet, il est possible que votre dépendance à ce médicament soit en lien avec un problème ou une souffrance en amont

que les effets du Zaldiar vous aident à gérer tant bien que mal. Un certain cheminement peut donc être nécessaire avant d'arriver à arrêter totalement d'en prendre, ou à ne plus en ressentir l'envie.

Le programme de sevrage que vous a proposé ce médecin peut être envisageable, bien que très rapide, mais vous risquez fort de vous confronter à des difficultés non compatibles avec une activité professionnelle, et ce durant plusieurs jours au moins. C'est pour cette raison qu'il peut être plus adapté de consulter un médecin spécialisé, comme il est possible de le faire gratuitement et confidentiellement dans un centre de soins en addictologie. En paralèlle de cet accompagnement médical, un aide psychologique peut aussi être envisagée afin de faire un travail de fond sur les raisons qui font que vous consommez.

N'ayant pas connaissance de la ville dans laquelle vous vous trouvez, nous ne pouvons pas vous orienter vers une de ces structures. Afin d'obtenir une adresse, vous pouvez nous contacter au 0800.23.13.13, tous les jours de 8h à 2h (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe). Cet appel pourra aussi être l'occasion d'être soutenue et conseillée.

Cordialement.