© Drogues Info Service - 28 novembre 2026

Forums pour les consommateurs

ARRETER LA METHADONE, COMMENT FAIRE ???

Par Profil supprimé Posté le 02/05/2015 à 17h35

TOUT D'ABORD BONJOUR SA VA BIENTÔT FAIRE 10ANS QUE JE SUIS SOUS MÉTHADONE ET JE N'ARRIVE PAS A ARRETER , C'EST MÊME UNE PHOBIE LE FAIT DE PENSER QU'IL Y EN AI PLUS. ENFIN JE NE SAIS PAR OU PRENDRE LE PROBLÈME, DE PLUS JE PRENDS DU LYSANXIA 10MG 6\JOUR. SOS MERCI POUR TOUTS LES CONSEILS.

2 réponses

Moderateur - 29/05/2015 à 15h16

Bonjour Rémy,

Vous est-il possible de reprendre contact avec un Centre de soins, d'accompagnement et de prévention des addictions (Csapa) ou avec un service hospitaliser d'addictologie afin de plannifier un sevrage ? En l'espèce la méthode normale pour arrêter la méthadone est de diminuer progressivement les doses, en prenant le temps. Il faut aussi le faire intelligemment, c'est-à-dire dans un contexte qui vous est favorable (votre vie est stabilisée, vous n'avez pas d'épreuve ou de stress majeur à affronter en ce moment, vous avez des projets, des personnes qui vous entourent et vous soutiennent, etc.) et avec le suivi d'un professionnel (médecin addictologue) en lequel vous avez confiance. En effet par exemple il peut y avoir des paliers plus difficiles que d'autres à passer et il faut pouvoir le dire. De même la diminution de la méthadone ne doit pas être "mécanique" mais respecter certains dosages et respecter ce que vous pouvez encaisser. Enfin, vous parlez de "phobie" de l'arrêt : c'est compréhensible, beaucoup ont ce sentiment au départ mais ça veut dire aussi que vous devez avoir un soutien psychologique par exemple.

Bon courage dans vos démarches.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 01/06/2015 à 15h13

salut té a combien de mm?