

Vos questions / nos réponses

# Dépendance à la codéine

Par [Profil supprimé](#) Postée le 20/06/2016 15:37

Bonsoir,

Suite à un TC et une violente dépression j'ai pris l'habitude de prendre de l'effergalgan codéiné pour me soulager.

Avec les mois je vois qu'il est impossible d'arrêter des fortes consommations 6 au min par jour.

Merci de votre aide

---

**Mise en ligne le 21/06/2016**

Bonjour,

La codéine est effectivement connue pour provoquer une accoutumance et une dépendance. Au-delà de soulager la douleur physique, la codéine est un dérivé morphinique qui peut également apaiser le psychique, procurer un sentiment de mieux être. Pour éviter le syndrome de sevrage il est recommandé de ne pas arrêter brutalement les prises mais de diminuer très progressivement et par paliers successifs.

Certaines personnes y parviennent seules, d'autres ont besoin de se faire accompagner dans ce projet d'arrêt. Si vous pensez avoir besoin d'aide, n'hésitez pas à prendre contact avec votre médecin traitant ou avec un CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) où vous serez reçu de manière confidentielle et gratuite. La plupart des CSAPA traite des problématiques de pharmacodépendance et il pourrait être judicieux, étant donné le terrain dépressif que vous évoquez, d'allier accompagnement médical et psychologique tel que c'est le plus souvent proposé en CSAPA.

Nous nous permettons d'attirer votre attention sur les excès de paracétamol auquel vous soumettez votre organisme quotidiennement depuis quelques mois en consommant autant d'effergalgen codéiné. Le paracétamol étant toxique au niveau hépatique, nous ne pouvons que vous conseiller de prévoir un bilan afin de vérifier où vous en êtes.

N'ayant pas d'indication précise sur votre lieu de résidence nous ne pouvons pas vous proposer d'orientation mais vous trouverez ces adresses dans la rubrique « Adresses utiles » de notre site. Nous nous tenons bien sûr à votre disposition si vous avez besoin de revenir vers nous. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ainsi que par Chat de 14h à 2h.

Cordialement.

---

**En savoir plus :**

- ["Adresses utiles"](#)