

SEVRAGE SEC DE SUBUTEX

Par **Profil supprimé** Posté le 29/11/2018 à 15h06

Voilà celà va faire treize jours que j'ai arrêté sans rien chez moi le subutex 8mg, je ne sais pas un déclic, bref je vais pas mentir, j'en chie, le dos, j'ai froid tout le temps, les nausées, diarrhée, c'est passé, je coche chaque jours comme un prisonnier, le truc c'est que hier j'ai du aller bosser (un bar), cela fait 22 ans que j'ai stoppé héroïne et cocaïne ma conso énorme j'étais arrivée à 10 grs, ma chance j'ai eu ma fille, on m'a prescrit le sub 22 ans, je précise je n'aime n'y alcool, n'y cannabis, je me traîne et hier soir on me tend un joint j'accepte un verre, je rentre chez moi encore plus en manque, aujourd'hui je me dis je vais reprendre le sub pas 8mg, à deux, pourquoi j'ai craqué, mon docteur est inapte, le centre anti addictions ouvre quand il veut, je précise quand dehors de ma fille est ma sœur personne n'est au courant, je flanche je dors plus, je craque, plus d'endorphine merci

3 RÉPONSES

Moderateur - 30/11/2018 à 12h52

Bonjour 1984 Orwell,

Oui le Sub, l'addiction, c'est un peu big brother qui vous lâche pas, ou du moins qui ne semble pas vous lâcher.

Vous avez eu beaucoup de courage de vous attaquer à votre addiction et d'affronter ainsi le manque seul. 13 jours c'est déjà beaucoup et très probablement vous n'en n'aviez plus pour trop longtemps à en baver. Cependant je pense que mon message arrive trop tard pour vous encourager à tenir le coup.

Là vous étiez sous le coup de l'envie forte de retrouver un minimum d'équilibre et un peu de plaisir. Après 13 jours ça se comprend tout à fait. Et donc le joint et l'alcool ont fini par vaincre vos inhibitions, à faire que relâcher la pression était plus urgent que "tenir".

Si vous arrivez à vous restabiliser à 2mg c'est parfait. Il est difficile de dire quelle dose de Subutex vous conviendra. Faites des essais jusqu'à ce que vous retrouviez une qualité de vie qui vous convienne. Mais surtout ne vous mettez pas martel en tête comme on dit. A terme, puisque c'est votre souhait, vous allez arrêter le Subutex. Si ce n'est pas ce coup-ci cela sera une autre fois.

Ce que je vous recommande tout de même c'est de vous en ouvrir à votre médecin ou à votre centre d'addictologie. Ils ont certes des disponibilités peut-être restreintes mais ils ont - du moins je l'espère - des compétences pour vous aider. Le protocole peut être notamment une diminution progressive, qui prend son temps, avant l'arrêt. Il vaut mieux descendre d'une marche que d'en sauter peut-être trop en une fois comme vous l'avez fait ici en passant de 8mg à 0.

En tout cas bon courage et nous restons à votre disposition pour essayer de vous aider.

Bien cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 02/12/2018 à 02h54

slt moi j'ai arrêté la méthadone au bout de 7ans de prise quotidienne en réduisant invité les semaines le jour où j'ai plus rien pris était difficile la nuit surtout mais après quelques jours supportables sa a été

Profil supprimé - 04/12/2018 à 21h49

Tu peux y arriver, enfin sûrement.. quel pas de géant d'en parler !!! Bravo !!! Oui je suis très optimiste mais si tu préfères tu peux tester la clinique ste Anne à Paris y paraît que c'est l'une des meilleures, après faut trouver le bon doc, tu peux y arriver seul avec de l'entraînement, tu bois de la flotte et du coca tu fumes que des clopes ou la E-cigarette,, tu finis ta plaquette de subu en sniff mais du coup tu diminue ta dose et ...voilà moi j'suis pas docteur mais tu peux y arriver!! gros bisou essaye d'un effort sinon je te souhaite courage et force.
