VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

# ARRETER LA METHADONE

Par Profil supprimé Postée le 03/10/2013 14:28

Je suis en couple et mon amie est sous methadone. Cette année elle a baisser son dosage de 110 a 80 en 3 semaines.C est tres difficille pour elle mais le plus inssuportable est le manque physique. elle est tres motivée pour stopper completement la methadone et cherche la meilleure solution pour y arriver mais sans tomber accroc ni aux benzo ni autre medics car elle envisage de changer de vie et il est hors de questions pour elle de concevoir un enfant en étant sous medicament ou methadone.. pPourriez vous s il vous plait me donner une ou plusieurs solutions afin qu elle s en sorte le mieux possible car ses 10 ans de toxicomanie l ont usée et elle veut vraiment s en sortir.. Merci de votre aide.. Dan et Cindy

---

**Mise en ligne le 03/10/2013**

Bonjour,

Il existe deux voies possibles pour arrêter la Méthadone. La première consiste à diminuer les dosages très progressivement, par palliers successifs et en respectant des phases de stabilisations à chaque palier, pour éviter tout syndrôme de manque physique. Diminuer trop rapidement peut effectivement provoquer un état de manque et rendre plus difficile la poursuite de la démarche. Il n'y a pas vraiment de "standards" au niveau du temps que devrait durer un traitement à la Méthadone, au niveau de la rythmicité de la diminution des dosages... Toutes ces questions ne s'évaluent qu'au cas par cas.

Vous nous dites la motivation de votre compagne à arrêter complètement la Méthadone, son envie de changer de vie, de passer à autre chose. L'autre voie possible pour arrêter un traitement à la Méthadone est l'arrêt brutal, c'est à dire que le traitement de méthadone peut être arrêté "net", sans risque pour la santé mais au prix d'un syndrôme de manque pénible et douloureux. Il est possible de se faire hospitaliser le temps du sevrage, pour être accompagné et un minimum soulagé des effets du manque. La durée de ces hospitalisations est variable d'un établissement hospitalier à l'autre, d'une situation de consommation à l'autre.

Quelle que soit la solution choisie, nous nous permettons de vous rappeler que se "débarrasser" d'une manière ou d'une autre d'une dépendance physique à un produit ne suffit pas, le plus souvent, à régler complètement une problématique addictive. Ce n'est vraisemblablement pas sans raisons que votre compagne a passé 10 ans de sa vie a devoir recourir à des produits psychoactifs. Il y a certainement des choses difficiles et/ou douloureuses dans son parcours, dans son histoire, qui expliquent qu'elle ait pu devenir dépendante. Il pourrait être dommage de laisser cela de côté, au risque là encore de fragiliser le maintien dans l'arrêt des consommations. Pour cette raison il est fortement recommandé de faire, comme on dit, un "travail sur soi" auprès d'un psychologue.

Cet accompagnement psychologique peut se mener quelle que soit la voie choisie pour arrêter la Métadone et à tout moment de la démarche d'arrêt (avant, pendant, aprés).

Il semble que vous nous écriviez depuis la Suisse et nous ne saurions vous orienter vers les centres de soins ou les unités d'hospitalisation de votre pays. Votre compagne peut à la fois demander conseil à son médecin prescripteur pour la suite des démarches telle qu'elle les envisage mais également se rapprocher de services homologues aux notres qui pourront l'informer précisément des lieux de soins à contacter. Voici les liens vers les deux services traitant des addictions en Suisse:

- InfoSet, le portail suisse des Addictions: http://www.infoset.ch/f/index.cfm

- Addiction Suisse: http://www.addictionsuisse.ch/

Comme vous le verrez, ces services sont, comme le notre, joignables via différents médias (téléphone, question/réponse, chat...).

Si, hormis pour des questions d'orientation en Suisse, votre compagne ou vous même souhaitez revenir vers notre service, n'hésitez surtout pas à le faire.

Cordialement.

---