VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

# ARRÊTER L'HÉROINE PENDANT LE PREMIER MOIS DE GROSSESSE.

Par Profil supprimé Postée le 08/10/2013 15:02

Bonjour,
J'ai 29 ans et je consomme de l'héroïne en fumette depuis le 30 juin 2013. Je fume des cigarettes depuis des années.
Je viens d'apprendre que je suis enceinte suite à un test de grossesse.
Mes questions sont les suivantes : Est-ce que si j'arrête de consommer de l'héroïne (et diminue la cigarette) durant mon premier mois de grossesse il y aura quand même des complications ? Je ne consomme pas beaucoup mais tous les jours. J'ai accès à de la méthadone en gélule. Les fois où je n'ai pas pu avoir de produit, 6 mg de métha m'ont suffi pour enlever le manque. Si je prends de la métha à la place de l'héro et que j'arrive à diminuer assez vite, quelles conséquences sur le bébé ?
J'ai lu beaucoup de témoignages ou d'articles sur la consommation d'héroïne durant la grossesse, mais est ce que ces risques sont présents dès le premier mois de grossesse ?
Merci pour vos réponses.

PS : Le dialogue individuel ne fonctionne jamais ?

---

**Mise en ligne le 09/10/2013**

Bonjour,

Comme vous pourrez le lire dans notre article consacré à l'usage d'opiacés pendant la grossesse (que nous vous adressons en lien), il est plutôt recommandé de ne pas tenter d'arrêter ses consommations ni même de les diminuer sans avis et surveillance médicale, et ce même dans le premier mois de grossesse. Il serait préférable de parler de vos consommations au médecin qui va suivre votre grossesse si vous en avez un ou d'en choisir un qui soit sensibilisé à ce type de problématique afin d'être suivie et conseillée au mieux.

De la même manière, l'alternance héroïne/méthadone n'est pas recommandée et il serait plus judicieux là encore, avec avis et prescription médicale, de prendre de manière continue un traitement de méthadone de manière à éviter toute possibilité de manque. C'est effectivement le manque qui est à éviter absolument parce pouvant mettre le foetus en souffrance et potentiellement en danger.

Il y aurait finalement moins de risque à mener toute sa grossesse sous substitution que de vouloir à tout prix diminuer ou arrêter le traitement. D'une manière générale, une grossesse est une période sensible, fragile, et il est souhaitable qu'elle se déroule dans un maximum de confort et de stabilité pour la maman et donc pour le foetus.

Nous aurions souhaité pouvoir vous orienter dans le cas où vous n'auriez pas de médecin auprés duquel vous rapprocher mais vous ne nous donnez aucune indication sur votre lieu de résidence. Sachez néanmoins qu'il existe des lieux de consultations dédiés aux femmes qui, comme vous, entament une grossesse tout en étant consommatrices. Les consultations y sont confidentielles et gratuites. Au-delà du suivi médical adapté ce peut être un lien ressource pour du soutien.

Concernant les consommations de tabac puisque vous l'évoquez également, diminution et/ou arrêt sont possibles, conseillés et bénéfiques tout au long de la grossesse. Le mieux étant là aussi de prévenir le médecin qui vous suivra de cette consommation pour qu'il vous accompagne et vous conseille au plus juste.

Nous supposons que nos réponse à vos questions vont rester largement insuffisantes ce pourquoi nous vous encourageons vivement à ne pas hésiter à nous recontacter via le "chat" qui fonctionne dès qu'un écoutant est disponible pour y répondre ou sur notre ligne téléphonique, le 0 800 23 13 13, qui est ouverte tous les jours de 8h à 2h.

Cordialement.

---

**En savoir plus :**

- Les effets de l'héroïne sur la grossesse
- Les effets du tabac sur la grossesse