FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

SEVRAGE À L'HÉROINE

Par Profil supprimé Posté le 30/07/2012 à 10h56

Bonjour,

Depuis l'age de 16 ans, j'ai commencé par boire avec les copains, ensuite est venu la consommation de cannabis, suite à une déception amoureuse et une rencontre qui a changer le cours de ma vie. La 1ere trace que j'ai pris été du subutex autant vous dire que j'ai été malade à en vomir toute une nuit et mal la journée qui a suivi, pour me remettre mieux il m'a alors donné un exta et c'est vrai que je me suis senti mieux! mais j'ai adoré ca! Mais c'est rester occasionnel jusqu'au jour où j'ai revu des copains d'enfance j'avais alors 21 ans, ils m'ont emmené en teuf (rave party) et la tout c'est enchainé, j'ai commencé à enchainé les exta, le speed, la coke, lsd, méta-amphétamine, kétamine pendant quelques années et puis un jour un copain m'a fait gouter à l'héro, il appelé ca de l'harabla donc j'ai pas fait le lien, je me suis pas posé de question et j'ai pris! mes prise été occasionnel jusqu'au moment où on me propose un shoot d'héro, j'ai tester et ma spiral infernal à commencé, au début la défonce me faisait vomir et je maigrissais a vu d'oeil, rien que le fait de perdre du poids me faisait plaisir en plus de la défonce, j'ai perdu 15KG en 2 mois c'est vous dire que c'est énorme! j'ai arrêter de shooter en 2008 avant que je tombe enceinte de mon fils, mon fils a donné un sens à ma vie, je serai menteuse de dire que j'avais arreter la prise d'hero a 100% mais c'été occasionnel et voila plusieurs mois que je ne prend plus rien et que je me tiens à mon traitement, et depuis hier j'ai stopper le traitement et m'apprete a me sevrer a la dur, je précise que je n'été plus qu'a 1mg de subutex (je conseille pas darrêter avant si psychologiquement vous nêtes pas prêt car c'est la rechute assuré et je sait de quoi je vous parle) au mois de septembre je quitte la région dans laquelle j'habite avec mon fils pour une vie nouvelle et sans produits je pense que c'est nécessaire à boucler la boucle car l'endroit où vous vivez votre passé vous rattrape toujours a moins d'habiter dans une grande ville est encore... je reviendrais vers vous a la fin de mon sevrage pour vous expliquer comment je l'ai vécu, si ça peut en aider certain à s'en sortir.

11 RÉPONSES

bluenaranja - 30/07/2012 à 13h35

Bonjour,

Sincèrement ça fait plaisir ! Moi aussi, mon fils a été le déclic, je shootais plusieurs fois par jour, tout ce que je pouvais trouver, amphets, morphine, brown essentiellement. Mon fils va avoir 14 ans le mois prochain, et j'ai pas retouché à une pompe depuis douze ans - les deux premières années qques shoot d'eau teintés de sub. Partir peut être une bonne idée, en tous cas, se faire un nouveau cercle d'amis, des amis biens, c'est sûr que ça tire vers le haut ! Moi je prends tjrs qq mg de sub par jour. Avant mon fils j'ai bougé, parfois très loin, mais je retombais toujours sur le même type d'amis - toxs... Je suis restée dans ma région, juste changé d'endroit et jeté mon portable, appris à dire NON et à bien le vivre - je te souhaite plein de bonheur...

blue

Profil supprimé - 30/07/2012 à 20h51

salut,je serais contente d'avoir de tes nouvelles et savoir comment ca se passe pour toi,moi je suis a 16mg et j ai decidé de tout arreter car je n ai plus de vie cela fait 15 ans que j en prend alors tu imagine un peu,je le fais pour moi avant tout bien sur mais aussi pour mes enfants et pour l homme que j aime,en tout cas c est une grosse merde le sub et je pense qu il vaut mieux se sevrer de l'hero autrement qu en prenant ca,car de tt facon
pour moi c est aussi une drogue mais legale
Bon courage tiens bon !!

Profil supprimé - 31/07/2012 à 17h05

Bonjour, blue

Merci pour se message, c'est encourageant de voir des personnes qui veulent s'en sortir.
J'aimerai comme toi pouvoir rester et me dire que je tiendrais face à la tentation mais les gens qui m'entouerent sont pour beaucoup d'entre eux des consommateurs dont le pere de mon fils qui je crois ne veut pas prendre la peine de s'en sortir, alors je le quitte pour ne plus etre confronté à tous ça, je pars car j'ai besoin de me reconstruire et fuir ce milieu qui est toujours venu me rattrapper à chaque fois que j'ai voulu tout arreter et meme si j'arrive a dire non au début, psychologiquement c'est trés dur et d'avoir le mot came dans la tete a longeur de journé, nan je ne veux plus ☺ En tout félicitation a toi pour cette force mentale que tu as de dire non, car il en faut... encore merci de ton message ☺

Profil supprimé - 31/07/2012 à 17h24

Bonjour,
Alors pour repondre à ta question, je suis à mon 3eme jour de sevrage et ouff mon dieu ca va mieux, je suis affaibli et transpire encore quelque frissons mais le plus dur est passé...
Le 1er jour: J'avais chaud, froid, chaud... les membres du corps tendu, difficile de trouver le sommeil, une énorme transpiration, des frissons, j'ai pris plusieurs douche bien chaude au long de la journée et soirée.
Le 2eme jour: c'est ajouter des maux de ventre, diarré, comme une bonne gastro, en fin de journée ca a commencé à allé mieux
le 3eme jour (aujourd'hui): ca va comme je le disais affaibli mais voilà je tiens le bon bout, je vais encore transpirer pendant quelques temps surtout pendant mon sommeil mais le plus dur est passé! Pour supporter, j'ai pas arreter de me dire "tiens bon! soit forte c'est la derniere ligne droite!" volonté et force sont les maitre mots...
A 16mg je te conseille pas d'arreter, tu va souffrir et si tu ne te sens pas prete a supporter la douleur, tu va te taper la tete contre les murs, mon traitement je l'ai diminuer de moi meme au fur et a mesure, si tu te sens prete diminue tes dose petit a petit mais pas trop vite non plus et si tu te debrouille bien je pense que dans un an tu ne saura plus qu'à un faible dosage
Je sais que la battaille n'est pas encore gagner pour moi car je suis pas encore parti d'ici il me reste 35 jours avant le depart et va falloir que je me batte contre mes vieux démon pour dire non et pas rechuter.... merci pour ton message et te souhaite vraiment de te sortir de se merdier, la vie est belle et il est temps de prendre soin de notre santé si on veut voir grandir nos enfants Courage

---

Profil supprimé - 02/08/2012 à 15h41

contente de voir que tu galère pas trop et quand a moi,je suis décidée à arreter maintenant,je n ai plus envie de vivre encore un an avec cette merde,cela fait quelque jours que j ai baissé de moitié,je galère c sur,j ai des saut d'humeur,pour dormir m'en parle pas je n y arrive quasiment pas,la il me reste 2 jours de sub puis plus rien,franchement je flippe grave mais je suis assez bien entourée mes enfants ne sont pas la,je suis donc partis faire mon sevrage chez mon homme et je sais que je peux compter sur lui pour me soutenir bien qu il sait qu'il va s'en prendre pleins la tronche lol,j ai vraiment envie de revoir le monde comme avant cette merde,mare d'etre tjours à coté de la plaque et de passer à coté de ma vie ,je te ferais part de mes sentiments et ressenties et te souhaites encore une fois bon courage,on va l'avoir cette putain de cochonneries car on ne merite pas la vie qu'elle nous offre,tiens moi au courant,biz

---

Profil supprimé - 03/08/2012 à 12h05

Hello,
Wahou et bien c'est ce que j'appelle avoir de la force mental car il en faut de la volonter et je suis toujours heureuse de voir qu'il reste des gens qui font tout pour avoir une meilleure vie, comme tu le dis si bien on ne mérite pas une vie comme celle que l'on à eu même si pour beaucoup d'entre nous on nous à pas mis le couteau sous la gorge non plus pour essayer, on à juste été faible un jour dans notre vie, on à payé les conséquence de nos actes maintenant à nous la vie, la vrai avec un corps en meilleur santé pour l'amour de nos famille et le respect de soi même Pour ma part ça y é le sevrage est terminé, ce n'est que du bonheur! Envie de pleurer de soulagement! maintenant à moi d'occuper mon esprit car je ne sais pas pourquoi mais dans mes reves cette cochonnerie est présente, heureusement ca me quitte pendant la journée! encore un gros travaille a faire sur le plan psychologique mais deja physiquement c'est juste genial de plus etre empoisonné par toutes ces merde, tiens moi au courant de ton sevrage, j'espere de tout coeur que tu va tenir bon car je sais que ca va etre dur, je t'envoi alors toute mes ondes poisitive, tu va y arrivé, tu es déterminé et c'est vrai que c'est mieux de le faire pendant que les enfants ne sont pas là, c'est maintenant que change ta vie! Courage, pleins de bisous

---

bluenaranja - 03/08/2012 à 16h47

Hello,

Dans l'absolu, je pense qu'il vaut mieux arrêter le sub par palier, se stabiliser, et baisser encore jusqu'à parvenir à un ou deux mg, et là, on se lance pour de bon ! Après, c'est vrai que s'il y a une 'occasion spéciale", ça peut être le moment. J'ai bien réussi à arrêter la came, puis le sub en un mois, lorsque j'étais enceinte - mais j'étais portée par les hormones de grossesse et le bonheur d'être mère - par contre quand mon fils a eu six mois, j'étais tellement mal - après n'avoir rien pris du tout pdt un an - que j'ai repris 6mg de sub par jour, et pourtant, alors même que j'étais parfaitement sevrée, cela ne m'a rien fait, rien de rien, cela m'a juste permis de dormir correctement et d'arrêter de rêver de came et de trembler à l'idée de sortir et de croiser un pote qui ait de la came. Après, je crois qu'on ne peut pas faire de généralité, chacun a un vécu différent, une histoire perso avec la came et tout ça entre en ligne de compte. Faites juste attention à ne pas aller trop vite, et donnez vous les moyens d'y arriver en vous faisant aider - amis, conjoint, psy, tisanes, yoga, tout ce qui peut vous faire du bien.
blue

Profil supprimé - 23/08/2012 à 11h25

salut ma belle,desolé si j ai mis du temps a revenir mais en ce moment je n arrete pas une minute,je suis allée au square apres etre allez chez un doc qui m a pratiquement mis dehors quand j ai parlé de sub,je me fais suivre par un doc,psy la semaine prochaine enfin tt pour y arriver,elle m a fortement déconseillée d' arreter à la dur donc je baisse tt les semaines la j en suis a 6 jusqu'à mardi puis 5,6 et selon mon etat on baisse de plus en plus,au debut elle voulait me faire baisser tres lentement mais je lui ai dit non on baisse tt les semaines car je veux que cela ne dure pas trop longtemps,alors on fait comme ca et pour le moment je m épate moi meme,j ete a 16 et encore parfois je prenais 24 voir plus pfff,je m occupe beaucoup je suis devenue une pro du menage lol, et je suis bien entourrée par mon chérie et mes soeurs ce qui aide beaucoup,j aimerais bien avoir ton adresse msn si ca ne te derange pas ca serais cool !
en tous cas je pensais que jamais je me sortirais de cette merde et pour l' instant je gere grave je suis fiere de moi et je commence a revoir la vie comme elle est,comme c est bon vivement la fin!!bisou ma belle et bravo tu es une battante

---

Profil supprimé - 29/08/2012 à 09h47

salut,nous sommes le 29 aout et je suis maintenant à 5,4 depuis 2 jours,et ca commence a etre vraiment dur dur au niveau des douleurs de dos ,j ai le dos completement cassée,je prend dafalgan 1g et mon cheri me met de la pommade dans le dos pour atténuer mais putain je morfle grave,j'essaye de pas trop me plaindre,j ai des bouffées de chaleur,crise de panique parfois car je ventile mal,cet aprem j ai rdv

au square pour mon suivie et je vois la psy,je vous tiens au courrant,merci pour vos reponse j en ai besoin et tenez bon egalement ,bisous

---

Profil supprimé - 29/08/2012 à 12h37

Bonjour ma belle,
Et bien! que de courage, c'est incroyable de voir autant de volonté, mon calvaire n'a durer que 3 jours mais le tiens je ne sais pas si je l'aurais supporter alors sois fière de ce que tu fais, il faut une sacré paire de c..... pour accepter de souffrir aussi longtemps, je pense que tu devrais t'accorder un peu de répis, même si tu en a marre du sub, accorde toi un peu de bien être et arrete de baisser durant quelques temps 2 ou 3 semaine semaine histoire que ton corps est le temps de s'habituer et surtout que tu puisse souffler un peu, je sais pas si il y a un sauna/hamman par chez toi mais va y ca va te faire un bien fou, ca coute 10 balle pour 1h en tout cas chez moi c'est les tarifs, essaye si tu as le courage d'aller à la piscine ca va te faire du bien aussi... je suis rarement sur msn mais plus sur facebook
je te donne l'adresse msn qd même globbe-trotteuse@hotmail.fr n'oubli pas de me laisser un msg pour savoir qui j'accepte ☺
Allez en attendant courage, tiens bon, t'es une battante, tu va y arrivé!!! garde confiance ☺

---

bluenaranja - 30/08/2012 à 13h28

Bravo les filles !

Merci pour ce message, ça fait du bien de voir que oui, on peut y arriver !!
Il y a plus de messages " au secours" mais c'est tellement important de dire aux mamans et à ceux qui ont la tête dedans, à leurs compagnes et compagnons, que c'est possible !!
merci

blue