© Drogues Info Service - 5 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

Envie de raccrocher ma prise de tramadol

Par Profil supprimé Posté le 24/02/2020 à 16h13

bonjour je vous écrire depuis le Bénin. je suis âgé de 29 ans et additif au tramadol depuis 6 ans.
Dans le but de soulager mes douleurs de rhumatisme le tramadol m'avait été conseillé malheureusement j'étais inconscient des effets de dépendances de ce produit et j'ai abandonné mes soins qui entre temps étaient la prise en chaque deux semaines l'injection d'un produit au nom de " Essencéline " qui faisait très mal. . Ma dose quotidienne est 12 0mg à de 900 mg minimum en intervalle de 6 mois.
Conscient du dégât que ce médicament cause, j'ai essayer a plusieurs reprise de me sevrer moi-même , ce qui a été toujours impossible. Mais j'ai néanmoins puis retenu ma dose d'environ 900 mg plus ou moins depuis ce moment.
Dans l’espoir de trouver une solution je suis tombé sur votre site après plusieurs années de recherche d'un moyen pouvant m'aider a rompre avec mon horrible quotidien , ce médicament qui a pris Control de ma vie.
Y'a t-il possibilité de me faire sevrer puisque je suis africain ne disposant pas de visa et de moyen de payer les coûts du soins au cas ou cela sera au dessus de mes moyens?
Merci de me répondre Svp .

4 réponses

Moderateur - 28/02/2020 à 15h23

Bonjour,

N'y a-t-il tout simplement pas un moyen de vous adresser à un médecin ou un centre de soins au Bénin qui puisse vous aider à arrêter ?

Un médecin et des proches au courant de la situation pourraient vous aider à diminuer progressivement puis à arrêter. Le sevrage est difficile et douloureux mais n'est pas dangereux pour la santé. Vous y arriverez plus facilement si vous êtes aidé.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 28/02/2020 à 16h08

Merci de votre réponse. Malheureusement mon pays ne se souci pas de ces genres de problèmes. Mon gouvernement de merde se préoccupe uniquement des problème qui arrange spécialement et personnellement

les autorités. La corruptions et détournement des fonds publique c'est ce que mes autorités savent bien faire ici.
Pas de centre de désintoxication les seul approches pour les problèmes de drogue ici c'est emprisonner les vendeurs de ces genres de trucs qui soit ne sont pas leurs proches ou complice ou les autorités eux même
C'est triste mais c'est la réalité d'ici. Pas de centre de désintoxication au bénin et pire les genres qui sont même volontaire de se faire désintoxiquer n'arrivent pas en en parler au risque de se faire discriminer.
Bref si nos autorités crée des centre de désintoxication qui prendrait leurs drogues puisque c'est les autorités eux même qui vendent de la drogue et se remplissent les porches . DOMMAGE

Moderateur - 02/03/2020 à 15h19

Bonjour,

Pour ce qui est de la situation au Bénin nous ne pouvons pas juger de quelque chose que nous ne connaissons pas.

Si vous ne pouvez pas avoir recours à un centre de désintoxication, pouvez-vous en parler à un médecin ? Peut-être à la personne qui vous prescrit le tramadol, sinon à un autre ?

Encore une fois le sevrage est difficile mais n'est pas dangereux pour la santé. Ce que vous pouvez essayer de faire c'est de vous trouver des alliés pour vous aider à arrêter : membres de votre famille, amis, professionnels compréhensifs. Vous pouvez établir un programme pour diminuer progressivement dans un premier temps.

Voici quelques informations pour passer d'un palier à l'autre.

Il va y avoir des paliers difficiles et d'autres plus faciles. Diminuez puis attendez que les effets du manque passent et que vous soyez physiquement bien pour essayer de diminuer encore. Les quantités à diminuer sont plus importantes au début du processus qu'à la fin. En effet, si vous diminuez de 10 mg alors que vous êtes à 900 mg vous diminuez de 1,1% mais si vous diminuez de 10 mg alors que vous êtes à 90 mg vous imposez à votre corps une baisse de 11%. Ce n'est pas la même chose alors que c'est la même quantité. Plus vous approcherez de la fin plus vos sauts pour diminuer seront petits.

Si en diminuant un palier vous vous retrouvez vraiment trop mal et que vous n'arrivez pas à le supporter, autorisez-vous d'en reprendre un peu plus sans revenir au palier précédent.

Prenez en compte les moments de stress et où vous n'êtes pas bien : ce sont des moments où vous ne devez pas diminuer et vous concentrer d'abord sur votre bien-être. Si cela ne va pas faites une pause dans la diminution mais par contre évitez d'en reprendre plus, essayez de gérer le stress et les contrariétés sans avoir recours au tramadol.

Cela ne va pas être facile et c'est là que vos alliés vont vous aider. Au quotidien mais aussi lorsque vous vous sentirez prêt à craquer. Parler-en avec eux et demandez-leur de l'aide sans attendre d'être trop mal et sur le point de tout laisser tomber.

Courage, arrêter est possible !

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 03/03/2020 à 12h40

Merci , de tout cœur je vous remercie infiniment Que Dieu vous bénisse . je prendrais en compte les instruction et vous tiendrai au courent d’éventuels changements . Dieu vous bénisse