

Vos questions / nos réponses

# Arrêt de la methadone

Par [Profil supprimé](#) Postée le 28/03/2020 15:46

Bonjour, je suis actuellement à 13 mg et avec le confinement actuel j aurais voulu arrêter directement, j aurai voulu savoir la durée pendant laquelle je ressentira le manque et si ce manque serait important

---

**Mise en ligne le 30/03/2020**

Bonjour,

Nous ne savons pas depuis combien de temps vous consommez de la méthadone, mais nous comprenons votre désir de profiter du confinement pour y mettre un terme définitif. En effet, cette période peut être vécue comme un temps de retour à soi. Elle peut aussi être pour certains, une possibilité de faire un bilan des habitudes de vie, de sa santé, voire de les faire évoluer.

Si vous arrêter votre consommation du jour au lendemain, nous ne pouvons pas vous dire précisément pendant combien de temps vous ressentirez les effets du manque, ni l'intensité de ceux-ci. Par contre, nous pouvons vous prévenir du fait que les risques de rechutes sont plus importants en cas d'arrêt brutal. En effet, la consommation de méthadone demande à être arrêtée très progressivement afin de diminuer les signes de manque. Plus l'usage a été long, plus les diminutions doivent se faire progressivement.

Les effets du sevrage après un arrêt total de la méthadone apparaissent de façon retardée, c'est à dire au bout de 24h à 72h après l'arrêt. Le ressenti de ces effets est plus long dans la durée que le sevrage à l'héroïne, qui lui est de 5 à 10 jours.

L'idéal serait de faire le point directement avec le médecin qui vous prescrit la méthadone, si celui ci est joignable durant le confinement. Lui seul pourra évaluer au mieux votre traitement et les précautions à prendre pour son arrêt ou sa diminution.

Si vous souhaitez échanger directement avec un/e écoutant/e, nous restons joignables par téléphone tous les jours de 8h à 2h, au 0 800 23 13 13 ou par tchat de 8h à 00H.

Bon courage à vous,

---