FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

DÉPENDANCE AU TRAMADOL

Par Mamasagi Posté le 16/01/2023 à 11h50

BonjourJe suis dépendante au tramadol depuis un petit moment maintenant je dirai même quelques années.Je cherche par tous les moyens d'arrêter mais les symptômes de sevrage (frissons, manque d'énergie, moral à zéro et sautes d'humeur) me font retomber dedans à chaque fois.Je sais que ces symptômes ne durent pas et passent sous quelques jours mais dans mon quotidien je ne peux me permettre d'être "souffrante" plusieurs jours.Je cherche en vain une solution pour m'aider à passer ses journées horrible dans de meilleures conditions.J'ai essayé l'année dernière d'en parler à mon médecin mais il ne m'a pas vraiment aidé au contraire il m'en a redonné en me disant "baissée les doses de jour en jour et ça va passer".Aujourd'hui je suis honteuse, je ne me vois pas y retourner et lui dire que je suis toujours dedans...S'il y a des personnes qui ont eu ce vécu j'aimerais bien en discuter avec elles svp, j'ai vraiment besoin de me sortir de cette addition.Merci d'avance pour ceux qui m'auront lu.

1 RÉPONSE

Moderateur - 17/01/2023 à 17h58

Bonjour Mamasagi,

Soyez la bienvenue dans ce forum.

Votre médecin ne vous a pas aidé aussi n'hésitez pas à en changer, sur cette question au moins. Vous pouvez aussi chercher l'aide de professionnels des addictions. Par exemple prenez contact avec un CSAPA (Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie) qui peut vous accompagner dans votre sevrage et pour prévenir la rechute. L'accompagnement se fait en ambulatoire. Pour trouver des adresses vous pouvez utiliser la rubrique d'adresses utiles de ce site ou appeler l'un de nos écoutants sur la ligne d'écoute.

Ceci-dit il faudra à un moment donné que vous trouviez une solution par rapport à votre quotidien car vous ne pourrez pas éviter une phase de sevrage. Cela demande une petite organisation : arrêt de travail si ce qui vous empêche de vous sevrer est votre travail ou congés par exemple. Ou alors une autre piste, qui pourra être évaluée avec le médecin du CSAPA par exemple, est celle de la substitution. Cela vous permet de ne plus prendre de tramadol et de ne pas faire de sevrage mais vous prendriez un autre traitement à la place, dont vous seriez également dépendante.

Courage ! Il est possible de se sortir de cette addiction !

Cordialement,

le modérateur.