© Drogues Info Service - 18 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Votre avis sur le traitement du TDAH par Methylphenidate

Par L3mmiwink Postée le 27/02/2023 17:49

Bonjour, je suis suivi par un médecin psychiatre car j'ai été diagnostiqué en 2020 pour un TDAH avec très faible mémoire de travail, grosse hyperactivité et une intolérance forte à la frustration. J'ai également des troubles de l'apprentissage et visio-spéciaux et un HPI. Je mesure 182cm et pèse entre 96 et 100kg. Le médecin me prescrit 120mg/j de Ritaline en Li car le Lp a une moins bonne réponse. Je gère ma journée avec 20mg toutes les 1h45 afin d'éviter les rebonds. Ceci me permet d'être concentré et calme de 9:00 à 21:00 environ. Le problème est que si je veux pouvoir être en mesure de passer la soirée calmement, je n'ai d'autre solutions que de me coucher et de prendre un alprazolam pour m'aider à dormir ou de prendre 20/30mg dans mon traitement de 28 ou de me tourner vers ma pratique d'avant diagnostique qui était alcool + caféine à haute dose (+400mg). J'ai aussi la possibilité de me procurer des NPS comme le 4F-MPH ou pire… ce que je voudrais éviter vu ma situation neuro divergente et les risques d'addiction associés. Mon médecin m'a refusé l'ajout de 20/30mg au risques du fait de mon dosage déjà haut. Je comprends sa position mais je n'ai rien trouvé dans la littérature scientifique qui validerait un danger particulier en ce qui concerne ma situation. J'ai même pu lire que les 1,3mg/j/kg pouvait aller à 2.0mg/j/kg. Chez moi Les constantes cardiaques sont ok. Je suis donc dans une sorte d'impasse thérapeutique. Comment puis-je faire pour pouvoir être entendu? Quels arguments puis-je donner afin de convenir de la stratégie de posologie? Par ailleurs, je précise que je préférerais avoir un traitement a libération prolongé mais seul le concerta fonctionne mais dans une association avec de la Ritaline Li et de toute façon le dosage resterai haut entre 120/140mg/j C'est regrettable que la France soit encore à la masse du point de vue des autres pays en Europe ou ailleurs (Canada) vis à vis des traitements du TDAH. Cela prive tout un tas de possibilités d'accompagnement thérapeutique. Par ailleurs, ce retard n'est basé que sur de l'ignorance (probablement) car la littérature est franchement étayée sur les bénéfices des traitements stimulants basés sur d'autres structures cousines du MPH. Je terminerai mon roman (désolé) par cette remarque sur la différence de traitement entre les médicaments soumis à ordonnance comme la codéine, le tramadol ou les anxiolytiques responsables d'abus et le MPH qui doit et j'insiste rester sur prescription fait par les psychiatres et analogues sans être aussi strictement surveillé. Merci beaucoup de votre attention et pour votre réponse. Bien cordialement. Lemmy

---

Mise en ligne le 02/03/2023

Bonjour,

Nous entendons parfaitement votre demande d'information concernant le dosage du methylphénidate pour le traitement de votre TDAH.

Cela dit, notre service est spécialisé dans les drogues et non les médicaments à proprement parlé.

Nous n'avons donc pas les compétences ni les connaissances nécessaires pour vous apporter des arguments en faveur d'une augmentation de votre traitement.

Nous vous joignons deux liens vers des associations spécialisés dans le TDAH et les prises en charge par département. Vous pourrez peut-être trouver des interlocuteurs ou interlocutrices avec les connaissances nécessaires pour répondre à votre question.

Nous vous proposons également de réflechir à consulter un autre médecin psychiatre spécialisé dans le traitement du TDAH pour obtenir un second avis.

Si vous n'en connaissez pas dans votre région, vous pouvez aussi demander une téléconsultation via les plateformes comme Qare, Doctolib, etc.

Nous espérons que vous trouverez les réponses adaptées à votre demande et vous souhaitons bonne continuation,

Bien cordialement,

En savoir plus :

- Association TDAH France
- Association Hypers Supers