© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Sevrage héroïne méthadone

Par FuturPapa Postée le 02/05/2023 23:22

> Bonsoir à tous et toutes.. J'écris un message de désespoir, j'ai 25 ans, je consommais héroïne et crack quotidiennement de mes 16 à mes 23 ans, je jongle depuis 2 ans entre arrêt de consommation, reprise, avec à chaque fois des conséquences sur ma vie et ceux que j'aime. Je vais être papa dans quelques mois, j'ai repris la consommation depuis 1 mois alors que je m'étais juré de ne plus touché après presque 6 mois d'arrêt… je consomme en plus de mon traitement de méthadone à 60 par jour, je suis arrivé à un point où je n'en peux plus de ne pas voir l'issu… Je veux arrêter, je sais qu'il n'est question que de motivation, mais pour avoir arrêter et m'être senti bien mieux juste avec mon traitement, et m'être juré pendant cette période que plus jamais je ne toucherai à ça, je sais que c'est la pire merde du monde et que pour ma part il faut que j'arrête tout d'un coup, traitement y compris, je sais la souffrance physique et psychologique que ça provoque et pour avoir déjà essayé je sais que c'est plus que difficile mais si je n'y arrive pas cette fois ci je sais que je ne verrais pas mon enfant grandir et que je vais tout détruire… J'ai toujours été persuadé que demander de l'aide n'étais pas utile mais cette fois je ne m'en sortirais pas tout seul et j'ai vraiment peur de ce qu'il se passera si je n'y arrive pas.. bref je pose ce message là en ne sachant pas si ça m'aidera mais je ne sais plus quoi faire Merci d'avance..

Mise en ligne le 05/05/2023

Bonjour,

Vous avez posté votre message sur un espace en lien avec des professionnels et si votre souhait était de partager votre situation avec d'autres usagers, nous vous joignons les liens ci-dessous de nos espaces « Forums de discussion » et « Témoignages » de notre site,

Cependant, ayant pris connaissance de ce message empreint de détresse et comprenant bien votre découragement et votre besoin d'aide, nous souhaitons y apporter une réponse de notre place de professionnels.

Vous avez été dépendant pendant plusieurs années et été en capacité de vous libérer de vos consommations pendant plusieurs mois en percevant les bénéfices de cet arrêt. C'est important de ne pas perdre cela de vue pour vous remobiliser et vous faire confiance.

Il pourrait être intéressant également d’identifier les contextes de reprise afin de comprendre ce qui vous conduit vers le produit malgré votre souhait de ne plus consommer, ce que vous en attendez au moment où vous y allez. A quel besoin ce produit vient répondre, quelle émotion, quel sentiment envahissant vous conduit vers lui.

Vous pourriez ensuite réfléchir et tenter d’agir en amont sur ces causes afin d’y trouver d’autres formes de réponse.

Vous évoquez un traitement de substitution à la « méthadone » qui, à vous lire, ne suffit pas à vous aider à vous libérer totalement de la consommation d’héroïne. Nous nous interrogeons par ailleurs sur l’intérêt trouvé à consommer héroïne et méthadone puisqu’en effet, les études montrent que la méthadone entre en compétition avec l'héroïne pour l'accès à certains récepteurs dans le cerveau. Cette caractéristique signifie qu’en prenant une dose assez élevée de méthadone, il y a très peu d'effet à la consommation d’héroïne. Par ailleurs nous vous recommandons beaucoup de prudence car le risque de surdose en association de ces deux produits est elevé.

Il nous semble important de vous rapprocher du professionnel prescripteur de ce traitement ou d’un autre professionnel spécialisé dans une structure en addictologie. Ceci pourrait vous permettre d’une part d’évoquer et de comprendre ce que vous allez chercher dans ce produit malgré les conséquences délétères que ces prises occasionnent, d’autre part d’évaluer la pertinence d’un réajustement du traitement ou encore l’éventualité d’un sevrage hospitalier si cela vous semble pouvoir vous aider.

Nous vous joignons plusieurs liens ci-dessous. Vous pouvez les contacter directement afin de connaître les modalités de prise en charge.

Si vous souhaitez davantage d'informations sur les orientations proposées ou encore un soutien dans l’entreprise de cette démarche, il est possible de nous joindre de façon anonyme tous les jours de 8h à 2h au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ou par chat de 14h à minuit en semaine, de 14h à 20h les samedi et dimanche.

Nous vous encourageons à prendre soin de vous dans ce projet de construction familiale

Bien cordialement

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les

---

CSAPA du centre hospitalier d'Arras

4 Rue Auguste Dumand
Espace Dumant

62000 ARRAS

Tél : 03 21 21 10 51
Site web : www.gh-artoisternois.fr/offre-de-soin/addictologie/
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 8h à 12h30 et de 13h à 17h30
Substitution : Délivrance méthadone du lundi au vendredi de 8h30 à 11h30
Consultat° jeunes consommateurs : aux horaires du CSAPA le mercredi toute la journée

Voir la fiche détaillée

Service Addictologie du CH Boulogne sur Mer

Allée Jacques Monod
BP 609
62321 BOULOGNE SUR MER

Tél : 03 21 99 39 50
Site web : www.ch-boulogne.fr
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 17h

Voir la fiche détaillée

Unité d'addictologie clinique

route de blendecques Centre hospitalier de Saint-Omer
BP 60357
62505 HELFAUT

Tél : 03 21 88 73 10
Site web : www.ch-saintomer.fr
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 17h

Voir la fiche détaillée

Clinique d'addictologie

20, rue de Busnes
62350 SAINT VENANT

Tél : 03 21 63 73 82
Site web : www.epsm-stvenant.fr/index.php/offre-de-soins/addictologie
Secrétariat : Lundi au vendredi de 8h45 à 17h.
Accueil du public : Admission au démarrage de la cure toutes les 2 semaines.

Voir la fiche détaillée

Service hospitalier d'addictologie Le Square / Séquoia

585 Avenue des déportés
Centre hospitalier d'Hénin Beaumont
62251 HENIN BEAUMONT

Tél : 03 21 08 14 52
Site web : www.addicto-chlens.fr
Secrétariat : HORAIRES???

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Forums Drogues info service
- Témoignages Drogues info service