© Drogues Info Service - 18 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Demande aide /info arrêt codéine

Par sushi15 Postée le 29/08/2023 16:59

> Bonjour , j'ai un problème d'addiction à la codéine depuis plus d'un an , j'avais réussi à stopper pendant quelques temps mais depuis quelques mois je recommence à en prendre et j'augmente de plus en plus les prises . J'avais été voir mon médecin traitant pour arrêter mais j'ai repris .Il pense que je n'en prend plus mais j'arrive à m'en procurer par diverses moyens , je ne veux pas lui en parler , j'ai honte . Personne de mon entourage n'est au courant je trouve toujours des superfuges pour en avoir (un coup j'ai mal à la tête , un coup c'est les dents etccc). J'aimerais vraiment arrêter car je connais les risques mais le corps en réclame de plus en plus et j'ai de plus en plus de mal a gérer que ça soit lpour du minier et aussi pour m'en procurer car je ne veux pas éveiller les soupçons je veux vraiment que cela reste secret . Je ne sais pas quoi ou vers qui me tourner sans passer par mon médecin traitant. Merci d'avance pour votre aide

---

Mise en ligne le 31/08/2023

Bonjour,

Vous souhaiteriez être aidée pour vous sevrer de la codéine. Vous êtes isolée dans cette situation et n'osez en parler à personne. Vous constatez qu'il est difficile de diminuer et de vous en procurer. Vous voudriez être orientée sans passer par votre médecin traitant.

Il est positif que vous sollicitiez notre service pour trouver des solutions. Nous comprenons bien que l'arrêt de la codéine soit difficile voire douloureux. Notamment lorsqu'on ressent de la honte car elle peut représenter un frein à la démarche de soin.

Sachez qu'il existe des consultations spécialisées en addictologie qui sont individuelles, gratuites et confidentielles.

Elles ont lieu dans des Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Ces services proposent du sevrage en ambulatoire c'est-à-dire sans hospitalisation. Une équipe pluridisciplinaire composée de médecin addictologue, psychologue, travailleurs sociaux et infirmier propose un accompagnement et un soutien individualisé en vue de diminuer, gérer ou cesser des conduites addictives.

L’accueil y est bienveillant et sans jugement. Ils seront en mesure de vous proposer des solutions adaptées à vos besoins et attentes.

Nous vous transmettons en bas de page, un lien avec les coordonnées de deux CSAPA dans la ville de Dunkerque qui semblent être les plus proches de la vôtre.

Si ces lieux ne vous conviennent pas, vous trouverez un autre lien vers notre rubrique « adresses utiles » pour effectuer une nouvelle recherche. Il vous suffira d’y renseigner la ville et de sélectionner « sevrage ambulatoire » ou « soutien individuel usager/entourage ».

Par ailleurs, notre site internet dispose de deux supports qui peuvent être intéressants et aidants. Il s’agit des rubriques « le forum des discussions » et « témoignages » dans lesquelles les internautes concernés par une addiction peuvent échanger et s'entraider. Ce partage d’expériences est très utile et encourageant lorsque l’on souffre d’une addiction de manière isolée. Il est important que vous puissiez disposer de tous les supports pouvant faciliter et motiver votre démarche.

Enfin, nous vous transmettons ci-dessous notre fiche produit "opioïdes" pour que vous disposiez de toutes les informations que vous jugerez utiles.

En attendant, si vous ressentez le besoin d’échanger autour de votre situation, vous pouvez contacter nos écoutants par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit), tous les jours de 8h à 2h ou par chat via notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Avec tous nos encouragements.

Bien à vous

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

---

CSAPA Esquisse (association Michel)

3, rue de Furnes
59140 DUNKERQUE

Tél : 03 28 59 15 79
Site web : www.associationmichel.fr
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 17h
Substitution : du lundi au vendredi de 9h à 12h

Voir la fiche détaillée

Service d'addictologie

130, avenue Louis Herbeaux
Centre Hospitalier Général de Dunkerque
59385 DUNKERQUE

Tél : 03 28 28 56 72
Site web : https://www.ch-dunkerque.fr
Secrétariat : du lundi au vendredi de 9h à 17h

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Forums Drogues info service
- Témoignages Drogues info service
- Adresses utiles du site Drogues info service
- Fiche opioïdes