Vos questions / nos réponses

Soucis codéine

Par Profil supprimé Postée le 10/06/2010 11:06

> Bonjour,
> j'ai un souçis avec la codéine, et je n'ose pas trop en parler. Mon médecin est au courant, car j'ai finis par lui en parler lors d'une consultation, mais il semble assez démuni sur la question (il est homéopathe, pas addictologue...)
> je dois rencontrer une psychiatre dans 1 mois, pour d'autres souçis liés à mon adaptation au travail, mais en attendant le temps est long.Et je ne sais pas non plus si je dois lui en parler, si elle na va pas me juger de suite....
>
> j'ai commencé à prendre du codoliprane pour aller au travail il y a qulques mois, juste pour l'effet euphorisant.(je semble très sensible à la codéine en général...j'ai été utilisatrice de drogues (héroine, médicaments, cannabis) durant mon adolescence, j'ai eu une période sdf de 19 à 21 ans avec bcp d'usage et d'alcool, mais je m'en suis sortie très bien ensuite.)
> Aujourd'hui je suis maman de 3 enfants en pleine forme, je travaille (même si cela est compliqué en ce moment), et ai un compagnon formidable et compréhensif, ce qui me fait bcp culpabiliser. Il est au courant mais ne sait comment m'aider.
> je prends aujourd'hui 10 à 12 comprimés par jours, (parfois plus)ce qui n'est pas énorme, mais je n'arrive pas à baisser....
>
> je ne sais pas si un arret brutal serait plus raisonnable?quels en seraient les effets?
> je prends aussi du lexomil (des benzodiazepines en gros depuis l'age de 19 ans), assez peu aussi mais chaque jour, ayant été en proie à de graves crises d'angoisses par le passé et toujours fragile.
>
> merci de votre réponse, je suis assez angoissée de cette consommation.

Mise en ligne le 10/06/2010

Bonjour,

En tant qu'opiacé, la codéine que vous utilisez crée une tolérance. Cela signifie que pour retrouver les effets recherchés, il vous faudra probablement prendre un peu plus de comprimés au fil du temps.
La dépendance à la codéine est à la fois physique et psychique. L'arrêt brutal du produit est possible mais risque de provoquer des symptômes physiques de manque tels que vous les avez peut-être connus par le passé en arrêtant l'héroïne ou l'alcool (crampes, douleurs, chaud/froid, sueurs, nausées...). Les angoisses et le sentiment de malaise que vous éprouvez déjà peuvent aussi être amplifiées en cas d'arrêt brutal.
Tout cela vaut également pour le Lexomil.

Vous avez eu le courage d'en parler à votre généraliste, qui, vous nous dites, se sent démuni sur la question. Sachez qu'il existe des lieux de consultation, gratuits et confidentiels, où vous pourrez, sans crainte d'être jugée, être accompagnée dans votre envie d'arrêter. Vous y rencontrerez des "spécialistes" des problématiques addictives qui vous proposeront une prise en charge adaptée à votre situation.

Vous semblez traverser une période très compliquée dans votre travail et avoir recours au Codoliprane pour y faire face. Nous avons bien compris que cette solution ne vous satisfait pas.
Ces soucis professionnels, cette culpabilité, ces crises d'angoisse et cette fragilité, pour reprendre vos termes, nécessiteraient peut être que vous soyez épaulée psychologiquement. Un travail psychothérapeutique, en plus de la présence de votre compagnon, pourrait éventuellement vous aider.
La consultation d'un psychiatre est effectivement une aide possible, tout en n'oubliant pas que tous les psychiatres ne proposent pas un tel travail. La question de la "rencontre humaine" étant essentielle, vous ressentirez vous-même si vous êtes en confiance avec cette dame que vous avez contactée. Rien ne vous oblige à tout lui dire tout de suite, même si, à priori, elle n'est pas là pour vous juger.

Nous vous proposons, dans le lien ci-dessous, les coordonnées d'un lieu de soin spécialisé dans les pharmacodépendances, dans lequel vous pourrez bénéficier de consultations médicales et psychologiques. Cet espace est également ouvert à votre compagnon, s'il le souhaite, pour des entretiens individuels ou en couple.

Notre ligne téléphonique, le 0 800 23 13 13, vous est aussi ouverte tous les jours, de 8h à 2h, si vous éprouvez le besoin de parler à un écoutant (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe).

Bien à vous.

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