

Aide pour contrôler ma prise/sevrage partiel

Par [Profil supprimé](#) Postée le 22/08/2011 21:25

J'ai une addiction au néo-codion et xanax. Je me permets d'exposer ma situation en détail : dans la vie je vais la plupart du temps très mal. Je fais de la psychothérapie intensive depuis 10 ans, j'ai essayé plusieurs dizaines de traitement psychotropes, je m'engage pleinement en thérapie, je consacre toute mon énergie à chercher, essayer des méthodes, astuces pour aller mieux. Il y a quelques années j'ai déjà eu une addiction durant 4 ans. Après un sevrage j'ai été abstinente pendant 2 ans. Pendant ces 2 ans j'ai été incapable de travailler, de poursuivre des loisirs, d'entretenir des amitiés. Bref, c'était l'enfer. Donc, j'ai commencé à prendre le néo-codion il y a un peu plus d'un an et j'ai pu reprendre les études, travailler, entrer en contact avec d'autres personnes. Ce mieux-être m'a même aidé en ma thérapie où j'ai été plus disponible pour travailler sur moi. Au bout de 6 mois le néo-codion faisait plus effet et je l'ai associé du xanax. Maintenant, à nouveau je commence à m'habituer. En plus j'ai évidemment quelques effets secondaires parmi eux surtout des problèmes de grosse fatigue. Ce dernier temps, je me sens assez dépressive ce qui peut être du ou non à ma consommation.

Donc, tant que ces produits font effet, ce sont de vrais béquilles pour me permettre de survivre, de participer à la vie, de construire, de mettre en place ce qui est essentiel pour guérir un jour à savoir un travail, des liens sociaux, être intégrée, de l'estime pour moi. Je ne sais si j'arrête, je vais à nouveau me retrouver au lit toute la journée. Mais si je continue je n'aurai plus les effets recherchés, je subirai de plus en plus les effets secondaires et je risque de la même manière d'aller de plus en plus mal, de devoir arrêter mes activités, de me retrouver au lit toute la journée. Donc, en attendant d'aller mieux à force de continuer mes thérapies et mes efforts quotidiens je cherche une aide pour contrôler ma prise. J'ai consulté un addictologue en libéral et on m'a proposé le subutex mais si j'ai bien compris ça n'évite que le sevrage physique mais ça ne procure aucun effet stimulant. Or, ce n'est pas le sevrage physique que je crains. Je pourrai imaginer un sevrage court-durée, c'est-à-dire une hospitalisation de 1 à 2 nuits toutes les 2 semaines par exemple ou un sevrage d'une semaine tous les 3 mois. Est-ce que cela existe ? Ou est-ce qu'il y a d'autres types d'aide de contrôle de prise ? A qui est-ce que je peux m'adresser (Paris)? J'ai appelé quelques structures de votre annuaire : je n'ai pas exposé mes problèmes en détail mais apparemment il n'y a pas de structure qui accueillent des gens ayant une addiction aux médicaments (puisque le néo-codion n'est pas une drogue illégale). Tous les conseils ou idées sont les bienvenus ! Merci !

Mise en ligne le 25/08/2011

Bonjour,

Un sevrage hospitalier vise à régler un problème de dépendance purement physique, ce qui se fait en une

semaine environ. Un servage "de courte durée", qui viserait à contrôler ses consommations, n'existe pas sous la forme que vous décrivez.

Il existe par contre des structures de soin qui offrent un accompagnement en ambulatoire, c'est à dire sous forme de rendez-vous réguliers. Vous trouverez ci-dessous 3 de ces lieux, spécialisés entre autre dans la pharmacodépendance. Il vous sera possible d'y rencontrer différents types de professionnels, dont des médecins spécialisés.

Le subutex vous a déjà été proposé, ce qui ne semble pas vous convenir, ce médicament n'ayant aucun effet stimulant. Vous prenez pourtant du nécodion et du xanax, qui eux non plus ne sont pas des stimulants, mais qui vous ont permis, durant quelques mois, de retrouver une certaine énergie. En effet, bien que ces produits ne soient pas des stimulants en soit, le simple fait qu'ils viennent atténuer voire supprimer les angoisses et les symptômes dépressifs vous permet de mieux vivre au quotidien.

En parallèle de votre thérapie, il peut être nécessaire, que ce soit avec l'addictologue que vous avez vu ou via les structures que nous vous indiquons, d'essayer de trouver un traitement adapté à vos difficultés, et qui vous permettrait, sous contrôle médical, de trouver un certain équilibre et ainsi d'être "stabilisée".

Si vous souhaitez poursuivre cet échange, n'hésitez pas à contacter l'un de nos écoutants au 0800.23.13.13, tous les jours de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe.

Cordialement.

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

[Csapa : Centre Pierre Nicole](#)

27, rue Pierre Nicole
75005 PARIS

Tél : 01 44 32 07 60

Site web : www.pierre-nicole.com

Accueil du public : Consultation sur rendez-vous : du lundi au vendredi: de 9h à 13h et 14h à 17h.

Consultat° jeunes consommateurs : Les consultations se situent au bout de la rue du Centre Pierre- Nicole (247 rue Saint-Jacques, 75005 Paris), sur rendez-vous du lundi au vendredi.

Substitution : Dispensation quotidienne du lundi au vendredi de 9h à 12h (sauf week-end et jours fériés) de méthadone et de buprénorphine, sur prescription médicale.

[Voir la fiche détaillée](#)

[CSAPA Horizons - Pôle ambulatoire](#)

10, rue Perdonnet
75010 PARIS

Tél : 01 42 09 84 84

Site web : [//urlr.me/23QegV](http://urlr.me/23QegV)

Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h30 à 13h et de 14h- 17h.

Accueil du public : Lundi, Mardi et Vendredi de 10h-13h et de 14h-17h, Mercredi 10h-13h et de 14h-16h30 et jeudi de 15h-17h

[Voir la fiche détaillée](#)

Association Addictions France -CSAPA de Paris (12eme) Nation

61 boulevard de Picpus

75012 PARIS

Tél : 01 53 44 01 40

Site web : [//addictions-france.org/etablisements/csapa-de-paris-12eme/](http://addictions-france.org/etablisements/csapa-de-paris-12eme/)

Accueil du public : Sur rendez-vous : lundi - jeudi de 9h-13h et de 14h-18h- mardi jusqu'à 19h - mercredi jusqu'à 16h30 et vendredi de 9h-13h et de 14h-16h

[Voir la fiche détaillée](#)