

Témoignage de C. : guéri de sa dépendance à l'héroïne par un programme de substitution

Le site du Docteur Rick ANDRAOS

Adresse du site : www.docvadis.fr/rick-andraos



Validé par

le Comité Scientifique Addictologie et le Comité Scientifique Infectiologie

Les Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA) proposent des programmes de substitution aux personnes souffrant d'une dépendance aux opiacés. Ancien héroïnomane, C. parle de l'impact de ce dispositif d'aide sur son quotidien. Voici son témoignage.



« Je consommait régulièrement beaucoup de produits. J'en avais marre d'être dépendant, de ne pas être maître de mon destin, cela

devenait un enfer »

La volonté, essentielle à la guérison

« J'ai essayé d'arrêter plusieurs fois brutalement, mais je rechutais. J'ai donc décidé de décrocher en suivant un traitement de substitution. »

Sous méthadone depuis plus d'un an, C. insiste sur l'importance de la motivation pour la réussite du programme de substitution.

« Il n'y a pas que la méthadone qui fait qu'on arrive à décrocher du produit, il y a aussi une part de volonté. J'ai vraiment voulu ne plus être dépendant, cela m'a aidé à me séparer de ces produits. Si je n'avais pas voulu décrocher, même en étant sous traitement de substitution, j'aurais peut-être continué à consommer.

Pendant le programme, on est pris en main, on ne se sent pas seul et c'est très important. Un médecin s'occupe de nous et il y a un suivi régulier. Je fais un bilan chaque semaine avec lui, c'est une sorte de contrat, un engagement moral.

Je pense que si on prenait un traitement de substitution tout seul, sans suivi, cela serait beaucoup plus difficile. Et puis à partir du moment où vous décidez d'arrêter, la confiance reprend et vous n'avez plus envie de mentir. »

Un changement de vie radical

Le traitement de substitution par la méthadone a eu un impact important sur le quotidien de C.

« J'étais moins agressif. Même d'un point de vue financier c'était beaucoup plus facile. Je dépensais des sous pour acheter de la drogue et il fallait aller la chercher, cela prenait du temps et de l'argent. Grâce à mon traitement, je suis beaucoup plus calme, moins agressif et moins anxieux : cela m'a stabilisé.

Maintenant, je vois mon médecin une fois toutes les deux semaines. Je sais qu'il est à l'écoute et qu'il comprend, c'est important pour essayer de prévenir les rechutes. Je ne me vois pas sous méthadone toute ma vie, mais je vais continuer un certain temps.

Et puis j'ai la chance d'avoir une famille qui m'a toujours soutenu, maintenant je vois mon avenir beaucoup plus rose qu'il y a six mois,

j'ai toujours gardé confiance.

Aujourd'hui, j'arrive à me lever le matin et je ne pense pas tous les jours au produit que je consommais. Je me sens plus libre et un peu plus maître de mon avenir. »