

# Quel protocole de sevrage choisir ?

---

Nous vous conseillons de choisir un protocole de sevrage qui a fonctionné pour une majorité de personnes, afin de vous donner les meilleures chances de mener votre sevrage à terme.

Voici les protocoles de sevrage qui, selon nous, ont fait leurs preuves. Ce sont les règles de sevrage que nous recommandons sur le forum, car nous avons observé que ce sont celles qui fonctionnent le mieux et qui permettent aux membres qui les appliquent d'aller au bout de leur sevrage sans rencontrer de difficultés majeures. En effet, Thérèse (2017) a constaté que ces pourcentages de diminution et ces longueurs de palier respectent à la fois les spécificités d'action des molécules et les capacités de l'organisme à supporter et à réguler les réductions de dose.