

Le sevrage indirect d'un antidépresseur

Que faire si, lors d'un sevrage direct, l'intensité des symptômes de sevrage est intolérable et empêche le sevrage de se poursuivre ?

La méthode du sevrage direct semble fonctionner pour certaines personnes et moins bien pour d'autres et elle semble mieux se prêter à certains types d'antidépresseurs et moins bien à d'autres.

Ainsi, il s'avère que certains antidépresseurs, de par leurs caractéristiques spécifiques, notamment leur puissance et la longueur de leur demi-vie d'élimination, se prêtent moins bien au sevrage direct. C'est plus particulièrement le cas des antidépresseurs dont la molécule active est puissante et/ou possède une demi-vie courte. Par conséquent, lorsque la méthode de sevrage direct ne semble pas fonctionner, il est possible de se tourner vers la méthode de sevrage indirect, dont le principe est de remplacer ou de soutenir l'action de l'antidépresseur actuellement pris par l'introduction d'une nouvelle molécule qui possède des propriétés similaires, mais dont les caractéristiques spécifiques la rendent plus facile à sevrer.

Attention : avant d'attribuer la cause de l'intensité élevée de symptômes de sevrage aux spécificités de l'antidépresseur et d'opter pour la méthode de sevrage indirect, **vérifiez que l'intensité des symptômes de sevrage n'est pas la conséquence d'un cumul de manque** dû à un sevrage débuté en état de manque (c'est-à-dire d'un sevrage réalisé sans avoir observé une phase de stabilisation à la dose de confort). N'oubliez pas que dans le cas des antidépresseurs, les symptômes de sevrage peuvent se manifester des mois après la première diminution où vous étiez en sous-dosage. En effet, les premiers paliers sous-dosés peuvent passer inaperçus en ne manifestant que peu ou pas de symptômes de sevrage. Mais au fil des diminutions, le sous-dosage est de plus en plus conséquent et au bout d'un moment (souvent un à deux mois après le premier palier sous-dosé), les symptômes de manque se manifestent avec une forte intensité.

En outre, le choix d'un sevrage direct ou indirect pourra également dépendre de la réaction de l'organisme aux diminutions de dose. Si, l'organisme réagit mal aux diminutions lors du sevrage direct d'un antidépresseur puissant et/ou à demi-vie courte, alors il sera intéressant de se tourner vers la technique du sevrage indirect qui consiste à substituer (complètement ou partiellement) une nouvelle molécule à la molécule d'origine, c'est-à-dire de procéder au remplacement de l'antidépresseur «trop difficile à sevrer» par un antidépresseur dont les caractéristiques le rendent «plus facile à sevrer». Dans ce cas, nous allons substituer l'antidépresseur actuellement pris par un antidépresseur aux propriétés équivalentes, mais dont la demi-vie plus longue et/ou la plus faible puissance le rendent techniquement plus facile à sevrer.

Finalement, il arrive qu'un sevrage direct qui se passe bien au début devienne plus difficile dans les dernières diminutions au point de rester bloquer à des doses faibles et de ne pas arriver à terminer. Dans ce cas, il est possible de passer par un sevrage indirect pour franchir cet obstacle de fin de sevrage.