

## 10. Est-ce que certaines substances sont déconseillées pendant le sevrage ?

---

De manière générale, pendant le sevrage, il est recommandé de ne consommer aucune autre substance psychotrope. En effet, il est conseillé d'éviter de consommer des substances qui sont capables d'affecter le système nerveux central, étant donné que celui-ci est déjà fortement sollicité par les réductions de dose de la molécule à sevrer.

**Pendant le sevrage, il est recommandé d'éviter de consommer des substances capables de ralentir, d'accélérer et/ou de perturber l'activité du système nerveux.**

Selon Delay et Deniker (1957) cités par Wikipédia (2017):

- Les psycholeptiques ou sédatifs psychiques, ralentissant l'activité du système nerveux, comprennent :
  - les nooleptiques tels que les hypnotiques (**barbituriques**) ;
  - les thymoleptiques tels que les **neuroleptiques** ;
  - les régulateurs de l'humeur tels que les **sels de lithium** ;
  - les psycholeptiques divers tels que les tranquillisants (**anxiolytiques**), les sédatifs classiques (**benzodiazépines**) et les **antiépileptiques** ;
- Les psychoanaleptiques ou excitants psychiques, accélérant l'activité du système nerveux, comprennent :
  - les nooanaleptiques tels que les **stimulants** de la vigilance (**amphétamines**) ;
  - les thymoanaleptiques antidépresseurs tels que les stimulants de l'humeur (**antidépresseurs**) ;
  - les stimulants divers tels que le **khat** et la **caféine** ;
- Les psychodysleptiques ou perturbateurs psychiques, perturbant l'activité du système nerveux, comprennent la plupart des drogues:
  - les **hallucinogènes** (mescaline, peyotl, kétamine, phencyclidine, LSD) ;
  - les **stupéfiants** (**morphine, héroïne, opium**) ;
  - **l'alcool** et les conduites addictives (jeu pathologique...)

### Les substances psychotropes :



[https://fr.wikipedia.org/wiki/Classification\\_des\\_psychotropes](https://fr.wikipedia.org/wiki/Classification_des_psychotropes)

### Le diagramme de Derek Snider

Le diagramme de Derek Snider donne une vue d'ensemble des substances psychotropes. N'hésitez pas à le consulter :

[https://fr.wikipedia.org/wiki/Classification\\_des\\_psychotropes#Vue\\_d.27ensemble](https://fr.wikipedia.org/wiki/Classification_des_psychotropes#Vue_d.27ensemble)

