© Drogues Info Service - 15 octobre 2026

Vos questions / nos réponses

Après bad trip est ce normal d’avoir des choses bizarre?

Par Profil supprimé Postée le 21/03/2019 18:54

> Bonjour ,ce mardi j’ai fumer quelques tafs sur un joint et c’etait La première foi,j’ai fais un Bad trip qui as durer assez longtemps. On est jeudi sa fais 2 jours que je suis pas bien des fois des genre de crises genre « vertige ,impression que je vais tomber que je vais m’évanouir » la nuit de mardi à mercredi c’était pareil des qu’en je m’endormais sa me réveiller ,en sachant aussi que mon coeur bat assez vite ,et que j’ai carrément peur de retourner en cour lundi (car de ce fait j’en suis exclu quelque jours) je ne sais plus quoi faire c’est vraiment horrible de vivre comme sa ,est ce que c’est normal ? Est ce que je doit aller voir le docteur ? Est ce que sa va passer ? Est ce que c’est en rapport avec ce que j’ai fumer ? Askip c’était juste du shit,c’est peut être ses crise ? Je ne sais vraiment plus quoi faire ..

Mise en ligne le 22/03/2019

Bonjour,

La situation que vous décrivez s'apparente effectivement aux effets observés dans le cadre de ce que nous appelons un "bad trip".

Il est important de savoir que passé quelques heures les effets psychoactifs liés au produit n'agissent plus dans votre corps, par conséquent ce que vous ressentez aujourd'hui n'a plus de lien avec le produit en lui-même. Aussi, afin de vous libérer des sensations désagréables et envahissantes telles que celles que vous décrivez, il est important d'essayer de vous en décaler au maximum en ne restant pas seule par exemple, en vous occupant à des choses qui vous sont agréables, ceci afin de ne pas focaliser sur ces sensations que vous qualifiez de "bizarres" ce qui a pour objectif d'éviter "d'entretenir" le mal-être ressenti. Normalement, cela ne dure pas au delà de quelques jours, plus rarement quelques semaines.

Cependant, si votre inquiétude ou ces symptômes persistent, vous pouvez effectivement vous rapprocher d'un médecin ; soit votre généraliste si vous êtes en confiance avec lui, soit un professionnel de santé dans le cadre d'une Consultation Jeunes Consommateurs (CJC).

Les CJC sont des consultations individuelles, confidentielles et gratuites ; vous pourrez exposer votre situation et votre questionnement. Nous vous joignons 2 liens ci-dessous, vous pouvez les appeler directement.

Si vous souhaitez échanger avec un de nos écoutants, vous pouvez également nous contacter de façon anonyme et gratuite au 0800 23 13 13 de 8h à 2h ou par chat de 14h à minuit.

Bien cordialement

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

Association le Mail: Consultation jeunes consommateurs et famille

29 rue Albéric de Calonne
80000 AMIENS

Tél : 03 60 12 26 00
Site web : www.assoc-lemail.net
Consultat° jeunes consommateurs : Lundi 14h à 17h, mardi au vendredi de 14h à 17h Rendez-vous possible jusqu'à 19h . Mercredi après-midi sans rendez-vous

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Fiche sur le cannabis
- PBad trip avec le cannabis