© Drogues Info Service - 8 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

J’ai besoin d’aide après un bad trip

Par Profil supprimé Posté le 19/04/2019 à 17h52

Bonjour je m appel romain et j ai 14ans
Il y’a précisément une semaine j ai fais un bad trip au canabis après avoir mis plus d’en shit que d habitude pour arrêter ma consommation (j ai du fumer une dizaines de joint dans ma vie maximum) j ai d’ailleurs vomi plusieurs fois pendant mon bad trip. Tout le week end je n ai plus rien eu jusqu’à lundi ou c est revenu progressivement, j ai l impression d être anesthésié par moment car je ne sens plus mon corps de la meme manière comme si la partit de mon corps que je touche était extrêmement endormie. J ai de plus l impression de ne pas être dans mon corps, d être déconnecté de la réalité. Les symptômes ne passe pas et c est horrible, je fais parfois des crise ou tout redeviens comme pendant le bad trip, tout a l heure c étais lié à un son que j avais l impression d être le seul à entendre a cause des symptômes ce qui était faux. Par moment j ai l impression que je vais m évanouir si je ne me force pas à rester, tout ce trouble, j étend tout en arrière plan avec une sorte de résonance. J ai l impression de ne plus être moi, d être quelqu’un d autre. J aimerais’ savoir combien de temps ça va durer et si il y a des choses a faire pour que tout redevienne comme avant. Aidez moi s’il vous plaît merci.

1 réponse

Moderateur - 13/05/2019 à 14h11

Bonjour Romain,

Cette réponse arrive un peu tard et il s'est sans doute passé pas mal de choses depuis 1 mois au presque.

Oui vous avez fait un bad trip et ce que vous décrivez correspond tout à fait. Vous avez actuellement l'impression que cela ne passe pas mais c'est parce que vous venez de faire le bad trip, c'est tout récent. Avec le temps ces symptômes passent : il y en a progressivement moins souvent et moins intenses même s'il peut y en avoir parfois par "flashs" encore longtemps après.

Néanmoins, si c'est possible, je vous conseille de demander l'aide de vos parents, de votre médecin voire d'un psychologue pour pouvoir en parler et être rassuré. C'est dans le dialogue et la réassurance que vous êtes toujours le même que vous allez reprendre confiance en vous et que cela passera plus facilement. Donc parlez-en autour de vous à des personnes de confiance et/ou n'hésitez pas à appeler notre ligne d'écoute anonyme et gratuite : 0 800 23 13 13 (tous les jours de 8h à 2h).

Un autre conseil : même si vous n'en n'avez de toute façon certainement plus envie pour le moment, évitez absolument de fumer du cannabis. Vous êtes désormais "sensible" à cette drogue et en reprendre vous expose à revivre un bad trip. La prise d'autres drogues (alcool, mdma, champis,...) vous expose également à ce que

votre mal-être se prolonge.

Privilégiez les activités saines pour vous et le repos. Essayez de manger équilibré et peut-être de faire du sport pour vous aérer (si vous êtes sportif). En ayant des activités qui vous font du bien vous récupérerez plus facilement.

Cordialement,

le modérateur.