© Drogues Info Service - 25 juillet 2025


Vos questions / nos réponses

# BAD TRIP

Par Profil supprimé Postée le 20/07/2019 23:22

> Voila je suis une personne très stressée de base et lors d'une soirée avec mes amis après l'obtention de mon baccalauréat en juillet j'ai voulu tester pour la toute première fois de fumer un joint de creepy et de shit j'ai tiré juste 3ou 4 taffe dedans mais l'effet à été horrible et traumatisant pour moi j'ai été envahis par une peur et un angoisse énorme je crois que je n'avais jamais eu aussi peur de ma vie j'avais l'impression de mourrir mon coeur battais très très vite je ne sentais plus mes jambes je voyais tout noir j'ai du m'évanouir au moins 3 fois et se sont mes amies qui m'ont rattrapé a temps cette soirée a été un événement énormément marquant pour moi j'étais terrifié de ce qui m'arrivais.
> Depuis ce jour j'ai fini à lhopital une semaine après parceque je me déclenche de fortes crises d'angoisse j'ai souvent des palpitations l'impression de bientôt tomber et j'ai du mal à m'amuser à me détendre j'ai du mal avec la foule et je m'angoisse très vite cela me travail l'esprit et j'ai l'impression d'avoir commis une énorme erreur et d'avoir déclenché un angoisse énorme chez moi j'aimerais savoir si pour un joint même pas fumer en entier pour la première fois peut avoir des conséquences et avoir déclenché quelque chose et si je peu m'en remettre et retrouvé ma vie ?

---

**Mise en ligne le 23/07/2019**

Bonjour,

Une consommation de cannabis, qu'elle soit ponctuelle ou habituelle, peut, en effet, engendrer un « bad trip ». Cela reste aléatoire d'une personne à l'autre. Il se produit généralement dans une période de fatigue, de stress, d’anxiété parfois associée à une fragilité psychologique. Cela peut dépendre aussi de la qualité du produit et de la quantité de THC présente dedans.

Le « Creepy » est une forme de cannabis génétiquement modifié et qui présente des effets puissants dus à un taux de THC élevé.

N’étant pas habituée à consommer, et étant anxieuse de nature, les symptômes que vous avez développé ne nous surprennent pas. Tous semblent être spécifiques d’une crise d’angoisse, lors de laquelle on peut effectivement avoir l’impression de mourir.

Dans certains cas, il arrive de ressentir ces mêmes effets plusieurs semaines après la consommation. Ce n’est plus le produit qui agit, les effets à proprement parler du cannabis ne durent que quelques heures, c’est l’angoisse et les peurs associées qui continuent à se manifester de différentes manières.

L’état anxieux dans lequel vous vous trouvez ne vous permet probablement pas de vous apaiser. De ce fait, les symptômes peuvent rester présents plus longtemps. Dans ce cas, il est recommandé bien sûr de ne rien consommer qui puisse avoir des effets psychoactifs, y compris l’alcool, les boissons énergisantes, éventuellement le thé et le café qui sont des stimulants. Vous devez vous détendre au maximum en prenant soin de vous. Vous pourriez ainsi privilégier toutes les activités qui pourront vous apporter un bien-être et un apaisement, vous entourer de personnes de confiance afin de ne pas rester seule, prendre un bain chaud etc….

Il est important de savoir que ces effets sont réversibles et devraient s’estomper jusqu’à disparaitre totalement, sans pour autant qu'il soit possible de vous indiquer une durée. Celle-ci varie en fonction de votre capacité à vous détacher de ces sensations et à ne pas vous focaliser dessus.

Si les sensations que vous éprouvez sont trop envahissantes ou invalidantes, nous vous invitons à consulter, soit votre médecin traitant soit, si cela vous semble délicat, un professionnel en CJC (Consultation Jeunes Consommateurs). Il s’agit de consultations confidentielles et gratuites. Elles sont assurées par des professionnels de santé tels que des médecins, psychologues qui ont l'habitude de recevoir des jeunes dans des situations identiques à la vôtre.

Vous trouverez ci-joint les coordonnées des CJC proches de chez vous.

Dans tous les cas, vous ne devez pas rester seule avec vos inquiétudes et vos angoisses.

Nous restons bien entendu à votre disposition pour une écoute ou un échange plus approfondi. Nos écoutants sont joignables soit par téléphone au *0800 23 13 13*, appel anonyme et gratuit, tous les jours de 8h à 2h, soit par Chat via notre site internet www.drogues-info-service.fr, tous les jours de 14h à minuit.

Prenez soin de vous,

Bien à vous

---

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

---

### CMP Hibiscus - Consultation Jeunes Consommateurs

40 Lotissement La Carrière
Route de Balata
**97200 FORT DE FRANCE**

**Tél :** 05 96 38 29 15
**Site web :** www.ch-despinoy.fr
**Secrétariat :** Du lundi au vendredi 8H30- 16H00
**Consultat° jeunes consommateurs :** Sur rendez-vous

Voir la fiche détaillée

## Csapa la Trinité au Centre Hospitalier Général Louis Domergue

Rue Jean Eugène Fatier
**97220 LA TRINITE**

**Tél :** 05 96 66 46 99
**Accueil du public :** Consultation du lundi au vendredi de 8h30 à 16h30
**Consultat° jeunes consommateurs :** Sur rendez-vous, jeunes à partir de 14 ans avec ou sans entourage.

Voir la fiche détaillée

**En savoir plus :**

- Adresses utiles du site Drogues info service