© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Extacy

Par Profil supprimé Postée le 08/08/2019 06:54

Bonjour,
Je suis allée à un festival pour la première fois ce weekend.
Ayant déjà consommé de l'extacy lors de soirées je n'ai pas eu peur dans prendre.
J'AI alors pris de l'extacy trois soirées de suite.
Nous sommes jeudi matin. Et je me sens tjs mal.
J'ai des vertiges. Je me sens faible. Et surtout ce qui me fait très peur... Mon cerveau n'arrive pas à réfléchir. J'ai l'impression d'avoir la brume du matin, quand on est fatigués et qu'on est pas encore réveillé, depuis dimanche.
Je ne sais pas si je suis claire.
Je suis en effet tres fatiguée. Je ne fais que dormir.
Hier j'ai repris le travail. Et c'était très dur d'être concentré.

Ma question est : est ce un état irréversible car j'ai abîmé mon cerveau ?
Ou est ce la fatigue ? Et des que j'aurai bien récupéré cela s'en ira ?

Merci pour votre temps.
Cordialement,
Shasha5

Mise en ligne le 12/08/2019

Bonjour,

Nous comprenons votre inquiétude et nous allons vous apporter quelques éléments de réponse

Les effets de l’ecstasy sont très variable d'une personne à une autre, peuvent en effet durer jusqu’à 48h après la prise et il peut arriver que la phase de"descente" dure encore 3 à 4 jours. Pendant cette période, les consommateurs ressentent bien souvent ce que vous nous décrivez, une fatigue intense. La descente peut être difficile à vivre car les symptômes qui y sont associés sont bien souvent très désagréables. Outre une grande fatigue, peuvent apparaitre également de la tristesse, des pleurs inexpliqués et une sensation de lourdeur physique. Vous trouverez plus d’informations sur la fiche informative liée à l’ecstasy, dont nous vous joignons un lien en fin de message.

Les vertiges que vous ressentez ainsi que les problèmes de concentration peuvent être duû à la fatigue mais aussi au stress lié à votre état. Nous pouvons être rassurants en vous disant que les symptômes vont aller en diminuant et vous devriez vous sentir de mieux en mieux. En attendant, nous vous encourageons en dehors du travail à faire avant tout des choses qui vous font du bien et qui vous permettraient ainsi de vous détendre (sport, relaxation, sophrologie, sorties au calme avec des amis etc...)..

Par ailleurs, la consommation occasionnelle d'ecstasy n'a pas d'effet irréversible sur le cerveau. En réalité, lors d'une prise, la substance va aller se fixer sur des récepteurs particuliers dans le cerveau et entrainer une libération de grandes quantités de neurotransmetteurs en jeu dans les circuits de la récompense et du plaisir (dopamine et sérotonine). C'est pourquoi il faut quelques jours au cerveau et au corps pour se remettre des effets de ces consommations et retrouver de l'énergie.

Vous avez eu raison de venir nous en parler et de ne pas rester seule avec ces appréhensions. Nous espérons avoir répondu à vos interrogations et vous avoir rassurée. Vous pouvez aussi si vous le souhaitez rencontrer des professionnels spécialisés en addictologie dans une CJC (Consultation Jeunes Consommateurs). Les CJC sont des lieux d'accueil pour les jeunes entre 12 et 25 ans qui se posent des questions sur leurs consommations. Les consultations y sont gratuites et confidentielles. Nous vous joignons un lien en fin de réponse vers un article explicatif sur les CJC et un lien vers la rubrique « adresses utiles », afin de trouver une structure au plus près de chez vous si besoin.

Enfin, vous pouvez également nous appeler si vous souhaitez échanger davantage sur votre situation. Nous sommes disponibles tous les jours de 8h à 2h du matin au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) et par chat de 14h à minuit.

Bien à vous.

En savoir plus :

- Fiche sur l'ecstasy (MDMA)
- Adresses utiles du site Drogues info service
- Les Consultations Jeunes Consommateurs