© Drogues Info Service - 29 juin 2025

Vos questions / nos réponses

Effets secondaires shit paranoïa/schizophrène

Par Profil supprimé Postée le 05/11/2019 15:44

Bonjour, j'ai 16 ans depuis juillet et même pas 2 semaines avant j'ai testé le shit pour la première fois lors d'un festival avec des amis.
Le festival dirait 3 jours et donc le premier jour, mes amis (qui fument vraiment beaucoup et qui prennent toute autre sortes de drogues) m'ont fait un peu essayé du shit. Genre une ou deux taffes par ci, par la, et c'est tout. Et franchement Ça me faisait rien du tout, juste peut être un peu la tête qui tourne, mais c'est tout.
Ensuite vient le deuxième jour et ça se passe un peu pareil jusqu'à à peu près 22h30 (J'ai du mal à me souvenir du temps) où la on attendait tous devant une scène pour un concert. Et Bref je voulais "profiter" donc on s'est tous mis en cercle (avec 2 amis qu'on s'est fait la bas en plus) et on s'est fait tourner un joint.
Et ça allait, je commençais à me taper vraiment des grosses barres, j'étais très relax. Sauf qu'à partir d'un moment j'ai commencé à avoir des spasmes, surtout au niveau des jambes. Genre un tous les 5 secondes. Et ca nous faisait juste rire quoi donc je m'en fichais. Sauf qu'à un moment j'ai du m'évanouir pendant 1 demi seconde même pas et je me suis "réveillée" en sursaut. Et à ce moment là, jetais partie, jetais dans un cauchemar. Je faisais clairement un bad trip, ma vision était déformée et j'avais aussi des hallucinations auditives, javais l'impression que mon corps tombait dans mon propre corps.. C'est comme si j'étais dans un autre monde, enfin que j'avais pas la même réalité que les autres. Enfin encore aujourd'hui j'ai du mal à expliquer ce que je ressentais, parce qu'il n'y a pas vraiment de mots pour expliquer, je n'ai pas de référentiels on va dire.. Je sais juste que j'avais de très fortes hallucinations visuelles et auditives, et même tactiles et dans tout mon corps.
Enfin bon du coup j'ai commencé à paniqué vraiment énormément, j'étais hystérique, je croyais que j'allais mourir parce que je ne comprenais pas ce qui m'arrivait.
On m'a fait sortir de la foule et on m'a emmener dans le truc des secours quoi. Et j'avais toujours ces hallucinations, et jetais toujours autant paniquée, sauf qu'en plus la je convulsais, littéralement.
Pendant 4 bonnes heures je suis restée avec les secours du coup, ils m'ont fait des prises de sang ect mais ils galeraient parce que j'avais les mains glacées. Et ils ne savaient pas ce que j'avais pris parce que même moi je savais pas qu'on appelait ça du shit.(ils pensaient que javais pris de l'ecsta je croi) Du coup, j'étais assoiffée et j'avais l'impression que ma langue allait tomber tellement elle était seche (mais peut être que c'était une hallucination aussi), et je les suppliait de me donner de l'eau, j'étais en larmes, mais bref ils ne voulaient pas, c'était horrible, ça m'a clairement traumatisé.
Enfin bon, le truc c'est que je savais pas qu'on pouvait avoit des hallucinations avec du shit. Genre par exemple j'avais l'impression que le mur en face de moi enft il était arrondi et que du coup je pouvais tomber dedans en mode c'était un gouffre. Ou alors les infirmiers, quand ils me parlaient, je les entendais pas au même endroit, ils avaient une voix métalliques, et je pouvais avoir l'impression que c'était des géants en taille, ou alors que je regardais un écran et que ma vision c'était un écran de cinéma quoi..... J'etais totalement dans un autre monde et ca m'a

vraiment vraiment terrorisé. Parce que parfois je redevenais consciente genre 1 seconde et dès que je voyais que je retombais littéralement dans mon autre monde déformé bah juste j'étais affolée. Enfin bon voilà c'est bizarre du coup.
Les jours qui ont suivi j'ai vraiment eu peur que ça recommence.
Et, pendant quelques jours après, quand j'étais anxieuse, je continuais à avoir ces sortes d'hallucinations et j'avais encore quelques spasmes (Je devais me cacher dans ma chambre quand ça m'arrivait pour pas que ma famille me voit comme ça.)
Ensuite; pendant peut être 1 mois ou après j'ai cherché sur internet et je crois que je faisais de la deréalisation et de la depersonnalisation, ou un truc du genre. Je ne sais pas. Juste parfois j'avais l'impression que mon corps c'était pas mon corps, et que genre parfois les distances genre entre moi et un mur bah elles étaient bizarres. Par exemple un mur à 3 mètres de moi bah soit j'avais l'impression qu'il était à 15 m, soit ça m'etait tout bonnement impossible d'estimer la distance. Ou une personne à ma gauche qui était à 1 mètre de moi je pouvais avoir l'impression qu'elle était à 2 cm, limite dans moi.. Ou encore quand un métro arrive sur le quai et bah c'est pas comme si il était à 10m de moi mais à 1m et que je pouvais quasi le toucher.
Bon et ensuite ça s'est un peu calmé mais j'ai eu la mauvaise idée de reconsommer du shit depuis mi septembre. 1 joint par semaine je dirait, peut être un petit peu plus, et je fume seule.
Et, je ne fais plus de bad trip, heureusement, mais j'ai quand même des hallucinations, même si elles sont bien moins fortes que pendant mon bad.
Enft pendant le bad j'étais dans un autre monde et seulement genre 1 seconde toutes les 5 minutes peut être, je revenais à la réalité, j'arrivais à savoir que c'était pas la réalité (c'est pour ça je pense que les 4h de mon bad j'ai l'impression que ça a duré même pas 30 mn en vrai, Parce que jetais a fond dans un autre monde), et sauf que la Bah je suis consciente pluss souvent que c'est juste moi qui ai des hallu, c'est pas la réalité, donc je sais un peu me calmer quand mon coeur bat la chamade.
Par exemple une fois je prenais une douche et javais limpression que la cabine de douche bougeait, ou alors quand j'étais en boule et que je regardais dans le trou entre ma poitrine et mes jambes, j'avais l'impression que c'était un gouffre et que je pouvais tomber dedans..
Pour le coup ça m'a fait peur: toujours dans la douche à un moment j'ai fermé les yeux et j'ai eu l'impression que quelqu'un touchait le pommeau de douche et le gigotait et que du coup l'eau tombait pas au même endroit, ou Je pouvais aussi avoir l'impression que je ne sentais même plus l'eau qui coulait sur moi..
Ou par exemple, je peux commencer à faire "non" de la tête, mais ce n'est pas moi qui décide. Mon bras peut bouger tout seul... Ou alors je suis assise et je peux avoir une impression que quelqu'un me tire vers l'arrière pour que je me retrouve sur le dos, ou que du coup quelqu'un tire sur mon bras et du coup il se lève, mais c'est incontrôlable, ce n'est pas moi qui le souleve. C'est comme si il y'avait une autre personne en moi qui décidait de faire bouger mon bras par exemple, mais quand elle le fait bah mentalement On va dire c'est moi qui vie et du coup je vois mon bras bouger tout seul, enfin je sens quelqu'un le tirer quoi, le faire bouger. C'est comme si enft dans mon corps il y'avait 100 autres versions de moi et ou 100 couches de peau et que bah si une décide de bouger par exemple la tête, bah toutes les autres vont suivre le mouvement et faire en sorte que la tête bouge genre mais que moi je peux pas la contrôler, que c'est les 100 autres personnes..
Enfin ça heureusement ça arrive que quand je fume mais sinon quand je suis pas défoncée ni rien mais que je suis anxieuse par exemple et que je me touche la joue; je peux avoir la vague impression que czst pas vraiment moi que je touche, mais du coup une des couche de peau en dessous (c'est compliqué et j'explique mal, désolée).
Une chose qui m'a fait extrêmement peur même si Jetais un peu dans la redescente c'est quand jetais dans mon lit et que j'ai entendu comme des draps qui se froissent en dessous de mon lit, comme si il y'avait quelqu'un sur le matelas en dessous de moi. Je suis dans un lit en hauteur et en dessous de moi y'a ma soeur de base Donc bah sur le coup je me suis pas inquiétée, je me suis dis que bah elle était juste dans son lit et elle bouge quoi, sauf que j'ai finis par me rappeler que ma soeur netait pas chez moi, qu'il n'y avait personne d'autre que moi dans l'appart. A ce moment

là mais vraiment j'ai eu infiniment peur, j'étais terrorisée.
Une autre fois où j'ai eu très peur aussi parce que de base même si j'ai des hallucinations bah j'arrive à me dire que c'est pas réel quoi, sauf que la enft j'étais genre limite en trans, je convulsais un peu(réaction bizarre chez moi quand je fume pas mal de shit apparemment) et à un moment j'ai entendu une sonnerie de téléphone en mode un vieux téléphone. Fin une sonnerie de téléphone quoi, les anciens, ceux qui font genre "DRING DRING", et sur le coup je m'en suis foutue quoi. Sauf que encore une fois j'ai pris conscience de la situation et bah, j'étais seule chez moi, j'ai pas de téléphone qui a cette sonnerie, que ce soit mon téléphone portable ou celui de chez moi. Et le son était vraiment hyper fort ! Genre tout près de mon oreille, ça pouvait pas être dans la rue parce que je suis au 5eme etage, puis il était genre 1h du mat, ça pouvais pas non plus être les voisins.
Niveau sons flippants comme ça une fois jetais défoncée dans ma salle de bain et je me fixais dans le miroir et j'ai commencé à entendre un son régulier et fort autour de moi en mode des trucs métalliques qui s'entrechoquent. Du coup j'ai flippé mais j'ai essayé de relativiser et de comprendre et j'ai finis par me rendre compte que c'était le son de mes battements de coeur qui étaient très forts et rapides. Et ces exemples vraiment ils font peur parce que autant les hallu visuelles je suis un peu habituée même si parfois je panique un peu, mais ça, c'est halu auditives c'est différent parce que je suis jamais prête genre, ça vient d'un coup et il me faut le temps de réaliser que c'est pas normal, et c'est juste trop je trouve..
Une fois jetais sortie dans la rue à 3h du mat (j'habite à paris) pour en fumer un et j'étais totalement parano, ou alors ça cest compliquer à expliquer mais par exemple, il y'avait un banc, je marchais vers lui, et je le dépassait, et bah si tout en continuant de marcher je le regardait derrière moi, je pouvais avoir l'impression que je n'avais pas avancer. Je regarde de nouveau devant moi tout en avançant, et je regarde de nouveau le banc derrière moi et c'est comme si pendant ces 5 secondes j'avais fais du surplace, la distance entre moi et le banc n'a pas change..
Et cette fois la dans la rue aussi j'étais très très parano du coup et à un moment j'ai fixé la fenêtre d'un immeuble; et bah je suis sûre qu'il y'avait la silouhaite de quelqu'un.. Et plus je la fixais et plus j'avais les larmes qui montaient, et à cause de larmes je suis presque certaines de l'avoir légèrement vu bougé. Sachant que c'est ridicule déjà à quel moment Il y'a une silouhaite à une fenêtre, sans lumière, à 4h du mat..?
Enfin voilà, même j'ai des hallucinations comme ça parfois quand je fume un joint de shit, je trouve ça un peu inquiétant dans la mesure où les personnes a qui j'en ai parle ou qui consomment du shit trouvent ca bizarre parce que eux ils ont pas d'hallucinations.. ou alors sur des forums j'ai vu des personnes qui ont eu des hallu quand elles ont fait un bad mais les autrzs fois elles etaient juste relax, alors que moi cest vraiment a chaque joint.. Enfin j'ai pas trouvé de cas comme moi personnellement.
Enfin bref ça me semblait important de raconter tout ça parce que du coup j'en arrive à la partie où maintenant, même quand je n'ai pas fumé, ni rien pris (sachant que je ne touche à aucune autre drogue et que je ne l'ai d'ailleurs jamais fais), et bien parfois je peux avoir l'impression de voir certaines choses..
Par exemple si sur un mur il y'a une tâche noir, aussi petite soit elle, quelle est dans mon champs de vision mais que je n'y prête pas attention, bah y'a moyen que j'ai impression qu'elle bouge, jusqu'à que je la fixe. Et ça ça m'est déjà arrivé plusieurs fois, même sans drogues, de voir juste un truc de bizarre, un truc dans mon champs de vision.. Enfin c'est vraiment compliqué à expliquer parce que c'est jamais concret ce que je vois, c'est peut être juste ma parano..
Enfin, je ne les vois pas, mais je suis totalement parano.
Par exemple dans le noir une chaise avec un manteau dessus je vais avoir l'impression que c'est lombre d'un homme. Et c'est normal un peu, tout le monde a un peu peur la nuit, sauf que le truc c'est que de base je m'en serrai pas vraiment soucié, parce que je sais que c'est faux quoi. Sauf que bah maintenant bah je vais vraiment paniquer, je vais devenir parano et je vais pas pouvoir dormir sans la lumière allumée par exemple.. sinon je me mets à pleurer enfin bref voilà. Je sais pas vraiment comment expliquer mais enft j'ai peur de devenir un peu schizophrène, sachant qu'un ami est devenu totalement schizophrène a cause de ca en parti, et que j'ai lu que ça peut se

déclencher après un bad trip..
Apparemment ça peut prendre plusieurs années pour se manifester pour de bon alors je sais pas mais parce que vraiment parfois je suis parano comme pas possible, je me fais des scénarios qui n'ont pas de sens, alors que de base je suis pas comme ça, puis ces quelques fois où je suis quasi sûre de voir ou même d'entendre un truc louche. Par exemple hier soir j'étais dans mon lit et je commençais à m'endormir et j'ai été réveillée par ce qui me semble être quelqu'un qui toque à un porte. Sauf que le temps que je comprenne ça bah j'étais déjà pluus sûre d'avoir entendu. Sachant qu'absoluement personne n'avait toqué quoi !
Ou alors par exemple imaginons que sur un mur il y'a une tâche noir, et que cette tâche noir est dans mon champs de vision mais que je n'y prête pas attention, et bah je peux avoir l'impression qu'elle a bougé..
Parfois quand je regarde mon bras et ma main par exemple, je peux avoir l'impression que c'est pas mon bras ni ma main, que c'est pas moi quoi.
Ou par exemple quand je me regarde dans un miroir, je peux avoir l'impression que mon reflet c'est un autre monde, enfin que mon reflet c'est un vraie personne quoi, que je peux presque la touchée, que en gros entre nous y'a pas de miroir.
Sinon ça c'est un peu plus inquiétant je trouve, j'ai l'impression de devenir un peu folle genre il m'arrive de me fixer dans le miroir pendant facile 30 mn, sans bouger, en pleurant parfois, juste en me regardant, ou en regardant la personne en face de moi qui n'est pas moi du coup parfois j'ai l'impression..
Ou alors par exemple j'étais avec mon père au magasin et il me parlait et à un moment c'est comme si fin, je l'entendais pas de la meme maniere. Fin il avait pas bouge ni rien mais cest comme si entre 2 mots il avait changé de place par rapport à moi et que du coup je lentendais dune autre manière. Ou alors fin vraiment je ne saurais même pas vraiment expliquer tout ce que je peux ressentir ou voir ou entendre mais tout ce que je sais c'est que je ne suis plus vraiment comme avant.
Parfois j'ai l'impression qu'il y'a une présence chez moi même quand je suis toute seule, ou même dans la rue je peux avoir la forte impression qu'il y'a quelqu'un vraiment juste derrière moi, et quand je me retourne pour vérifier il n'y a personne.
J'ai constamment peur d'entendre ou de voir quelque chose de bizarre ce qui concretiserait le fait que je sois schizo alors que finalement peut être pas Du tout du coup je suis vraiment parano et j'ai peur pour rien tout le temps.
Et quand je suis un peux anxieuse, ou pas forcément enft, bah il se passe un truc bizarre avec ma vision. Genre, si je regarde autour devant moi et que bah le canap est à 5m de moi, la table 30cm, et la porte à 1m, et bah si je tourne la tête par exemple dans une autre direction, bah la je vais avoir l'impression que la table est 5 cm, qu'elle est plus grande aussi par exemple, que la porte est à 2 m, et la canap à 2m aussi, Et ça a chaque fois que je bouge mes yeux ou ma tête..
Ou un peu pareil par exemple je suis assise devant une porte, et bah il arrive que si je regarde vers le haut de la porte, enfin si je regarde la porte tout simplement, je peux

---

Mise en ligne le 12/11/2019

Bonjour,

Tout d’abord, nous tenons à nous excuser pour les délais d’attente plus longs que d’habitude.

De plus, nous ne sommes pas sûrs d’avoir eu la totalité de votre texte. Nous allons quand même essayer de vous éclairer sur ce que vous vivez actuellement et vous donner des pistes d’aide.

Une consommation de cannabis, qu'elle soit ponctuelle ou habituelle, peut, en effet, engendrer un « bad trip ». Cela peut dépendre de la qualité du produit et de la quantité de THC présente dedans.

Certaines personnes sont aussi plus sensibles que d'autres aux drogues et du coup, vont réagir de façon beaucoup plus « violente ».

En effet, si on consomme dans une période de fatigue, de stress, d'anxiété et que le tout est associé à une fragilité psychologique, on a plus de probabilité de développer le type de symptômes que vous avez eus (hallucinations, angoisses, paranoïa, déréalisation, ….).

Dans certains cas, il arrive de ressentir ces mêmes effets même sans consommer. Dans ce cas-là, ce n'est plus le produit qui agit, les effets à proprement parler du cannabis ne durent que quelques heures, mais ce sont l'angoisse et les peurs, les fragilités associées qui continuent à se manifester de différentes manières.

A la lecture de votre écrit, nous pensons qu'il serait nécessaire pour vous, de stopper toute consommation de cannabis, laquelle ne fait qu'accentuer vos symptômes.

Ensuite, nous vous encourageons fortement à ne pas rester seule avec ce que vous vivez actuellement et ce, depuis des mois maintenant.

De plus, la longueur de votre récit nous amène à penser que vous avez un grand besoin de vous confier, de parler de vos inquiétudes, de vos angoisses.

Nous vous invitons ainsi 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.

Nous restons bien entendu à votre disposition pour une écoute ou un échange plus approfondi. Cela vous permettrait de nous faire part de vos questions qui ne nous sont pas parvenues. 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 :

CSAPA SOS 75 Site : Monceau

7 rue Albert Samain
75017 PARIS

Tél : 01 53 20 11 50
Site web : www.groupe-sos.org/structure/csapa-monceau/
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h30 à 12H00 et de 13h00 à 17h15
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h30 à 12H00 et de 13h00 à 20h00 (sauf les 1ers et 3emes jeudi du mois, le matin). Ne pas hésiter à renouveler l'appel en cas de non réponse.
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous pour les jeunes à partir de 11 ans jusqu'à 25 ans avec ou sans entourage.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service