© Drogues Info Service - 27 juillet 2025

Vos questions / nos réponses

Confusion mentale extrême et mal au coeur

Par Profil supprimé Postée le 14/01/2020 13:10

Bonjour,

J'ai fait l'expérience il y a 2 mois de cela de crises d'angoisse extrêmes suite à un joint fumé après avoir arrêté pendant environ 3 mois.

J'ai fumé quotidiennement pendant 3-4 ans à hauteur de 2-3 joints par jour.

Depuis la fin des crises, je ressens de façon exponentielle une confusion mentale comme un mal de tête non douloureux mais extrêmement gênant qui m'empêche de réfléchir clairement et qui me bouffe au quotidien. Comme si j'avais un voile noir dans la tête m'empêchant de penser, me forçant à être constamment focalisé sur ce qu'il se passe en moi, me terrifiant et me ramenant toujours à la même conclusion : "j'ai une maladie, un problème physique, quelque chose..."

De plus, je ressens des contractions constantes au niveau du cœur qui n'aident absolument pas vu ma situation. Je transpire beaucoup et ait des nausées. Je ne comprends pas pourquoi cela arrivé et si c'est lié ou non au cannabis. Si c'est le cas pourquoi cela arrive-t-il maintenant et pas juste après avoir arrêté de fumer?! Pourquoi cela continue de grandir malgré la fin de mes crises d'angoisse?!

Je n'en peux vraiment plus et cela entraîne des pensées noires, dépressives voire parfois suicidaires qui rendraient le tout plus facile en m'en allant...

J'en parle autour de moi mais j'ai l'impression que personne ne me comprend et cela ne fait qu'aggraver la chose...

J'ai fait de nombreux tests médicaux (cardiogramme, prise de sang, etc...) mais tout montre que je suis en bonne santé alors que je ne me suis jamais senti aussi mal de ma vie putain...

Auriez-vous des conseils? Quelque chose qui me permettrait de voir une lumière au bout de ce tunnel noir qu'est la situation que je vis?

Merci d'avance pour vos retours ! Je les attends avec impatience...

Mise en ligne le 16/01/2020

Bonjour,

A la lecture de votre message, nous pensons que vous supposez être sur un forum. Vous avez posté votre message sur un espace de Question/Réponse en lien avec des professionnels et nous allons répondre à votre message ; nous vous joignons le line ci-dessous « Forum » de notre site ainsi que celui de l'espace « Témoignages » si vous souhaitez partager avec d'autres personnes.

Des troubles passagers comme l'anxiété, les crises de paniques, des épisodes dépressifs ou délirants peuvent être déclenchés par un usage de cannabis, même occasionnel. Cependant, quant aux maladies mentales qui affectent durablement les personnes, il est seulement établi que l'usage de cannabis peut déclencher les troubles chez les personnes qui présentent des facteurs de risque de développer une maladie. En revanche, en l'état actuel des connaissances, l'usage de cannabis n'apparaît pas causer de maladie mentale.

Ce que vous décrivez nous laisse penser à un « bad trip » qui ne s'estompe pas, peut-être alimenté par un terrain anxieux à la base.

Quoi qu'il en soit, conscient que cet état génère des émotions envahissantes et une préoccupation constante, nous vous invitons à vous rapprocher d'un professionnel spécialisé sur la question des consommations avec qui vous pourrez évoquer en toute confiance les troubles auxquels vous êtes sujet.

Vous pourrez trouver ce professionnel dans un CSAPA (Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Les consultations y sont individuelles, confidentielles et gratuites. Nous vous joignons deux liens ci-dessous. Vous pouvez les contacter librement pour prendre un rendez-vous dans celui de votre choix.

Si vous souhaitez évoquer ces difficultés sous forme d'échanges, vous pouvez également contacter par téléphone (appel anonyme et gratuit) tous les jours de 8h à 2h au 0 800 23 13 13 ou par chat de 14h à minuit.

Bien cordialement

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

Centre CSAPA Boris Vian

10 rue Colbert
59000 LILLE

Tél : 03 20 15 85 35
Site web : www.epsm-al.fr
Accueil du public : Du lundi au vendredi (sauf le jeudi) de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30, le jeudi de 9h30 à 13h et de 15h30 à 19h
Substitution : Du lundi au vendredi (sauf le jeudi) de 8h à 12h30 et de 13h30 à 14h30, le jeudi 8h à 12h30. Tel : 03 28 07 26 80
Consultat° jeunes consommateurs : Consultation jeunes usagers et familles du Centre Vernon Sullivan (juste à côté de Boris Vian) joignable au 03 20 31 28 89, du lundi au vendredi.

Voir la fiche détaillée

CSAPA CHU-Le Pari

57, boulevard de Metz
59037 LILLE

Tél : 03 20 44 59 46
Site web : www.lepari.fr
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 8h à 16h30
Accueil du public : Consultations d'un médecin (interne) sans rendez-vous du mardi au vendredi de 9h à 11h (par précaution il est conseillé d'arriver entre 8h et 8h30 et de prévoir sa matinée). Consultations sur rendez-vous de 8h à 16h30 du lundi au vendredi
Consultat° jeunes consommateurs : Exclusivement sur rendez-vous le Mercredi de 14h à 16h, en priorité pour les moins de 18 ans. Les 18/25 ans sont reçus en première intention au CSAPA lors des consultations du matin sans rendez-vous
Substitution : Délivrance du lundi au vendredi de 8h à 12h
Service mobile : SAAM: service d'accompagnement addicto mobile. Sur le territoire des Weppes. Prendre contact avec un professionnel médico-social du secteur pour bénéficier d'un accompagnement chez une structure partenaire ou à domicile.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Forums Drogues info service
- Témoignages Drogues info service