© Drogues Info Service - 16 juin 2025

Vos questions / nos réponses

Poppers

Par Profil supprimé Postée le 11/03/2020 22:02

> Bonjour, Alors voila, je ne consomme plus de drogue depuis 1an environ. j'ai fumais des joints pendant 1an et demi, puis arrêter suite à un badtrip. Néanmoins je bois de l'alcool tout les weekend, vendredi et samedi. Il y a 4jours, j'ai acheter du poppers au nitrite d'amyle, pour deux soirées que j'avais ce weekend. Donc je l'ai tester dans la journée, puis beaucoup utiliser le soir même au cours de la soirée, j'ai adorer les effets et pas d'effets secondaires, par contre je sniffais sans attendre beaucoup de temps entre les prises. J'en ai aussi repris beaucoup le lendemain soir. Depuis j'en ai repris tout les jours, pas plusieurs fois dans la journée mais plusieurs fois sur un court lapse de temps. Et ce soir, j'en ai repris, mais des doses plus importantes. J'ai commencée vraiment à mal me sentir (coeur qui bat tres vite, vertige, vision flou avec un point de couleur jaune au milieu, peau trés blanche) donc en voyant ces effets, j'ai fais une légère crise d'angoisse car je penser faire une crise cardiaque. Donc voila maintenant c'est passer, mais j'ai trés peur que cette consommation importante mais sur du très court terme est des impacts définitif sur ma santé physique mais aussi psychologique et psychique. Donc ma question est : quels sont les risques que j'encoure avec ce type de consommation ? Merci beaucoup pour votre réponse, cela m'aiderait vraiment.

Mise en ligne le 12/03/2020

Bonjour,

La consommation de poppers expose à de nombreux effets qui peuvent présenter différents dangers, lors d'une consommation occasionnelle mais également régulière.

L'accélération du rythme cardiaque, les vertiges, les troubles de la vision en font partie, surtout lorsque la consommation est régulière et/ou excessive.

Un usage répété et/ou excessif de poppers est donc fortement déconseillé.

En règle générale, les effets s'estompent avec l'arrêt de la consommation et c'est visiblement votre cas.

Le fait d'avoir fait une crise d'angoisse est aussi assez fréquent, lorsque les symptômes sont assez "puissants" et inhabituels.

Ce sont l'inquiètude que vous avez par rapport à votre état et la peur de refaire une crise d'angoisse, qui pourraient jouer dans la réapparition de certains symptômes.

Nous vous conseillons ainsi de vous détendre au maximum, de faire toute activité qui pourra contribuer à votre bien être (sport, activité de loisirs, ...). Nous vous encourageons également à ne pas lire certains témoignages sur le net, qui sont anxiogènes et qui ne sont pas forcément représentatifs de votre situation. Essayez de vous fier uniquement à l'avis de professionnels de santé.

Si vous respectez bien ces recomandations et que vous évitez de consommer des produits psychoactifs, de l'alcool, et des produits stimulants comme le café par exemple, pendant un certain temps, il n'y a pas de raison que vous ressentiez à nouveau ces effets.

Nous vous proposons de consulter, en bas de page, notre fiche plus détaillée concernant le poppers, ses effets recherchés, les risques et complications ainsi que les recommandations en terme de réduction des risques.

Nous entendons et comprenons que cette expérience puisse être agréable, mais nous vous conseillons de rester très vigilante quant à son utilisation et quant à sa fréquence.

Si vous ressentez l'envie d'en consommer à nouveau, et qu'il est difficile pour vous de vous contrôler, n'hésitez pas à aller en parler avec des professionnels de santé. Vous pouvez vous rendre, si besoin, dans une consultation jeunes consommateurs (CJC) qui reçoit de façon confidentielle et gratuite. Vous trouverez les coordonnées des CJC proches de chez vous sur notre site internet via la rubrique "adresses utiles" en indiquant le nom de votre ville et en sélectionnant "consultation jeunes consommateurs" dans le moteur de recherche.

Si vous souhaitez que l'on échange de façon plus approfondie, sachez également que vous pouvez joindre un de nos écoutants tous les jours soit par téléphone au 0800231313, de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit, soit par Chat via notre site internet Drogues Info Service, de 14h à minuit.

Bien à vous

En savoir plus :

- Fiche sur le poppers
- Adresses utiles du site Drogues info service
- Les CJC