© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Témoignages de consommateurs

attaque de panique et cannabis

Par Profil supprimé Posté le 13/03/2020 à 20:35

J'ai presque 60 ans et l'hiver 81-82 restera à tout jamais gravé dans ma mémoire, même après toute ces années. Bien sûr j'ai ressenti pendant quelques temps des effets agréables et récréatifs, comme la plupart des consommateurs de cannabis. Jusqu'au jour où tout a commencé à déconner.

Cela a débuté par des petites crises d'angoisse assez désagréables qui disparaissaient après une bonne nuit de sommeil, puis un jour, après une crise plus forte que les autres, la nuit de sommeil n'a rien fait disparaître du tout. J'ai commencé à vivre un enfer dans ma tête et je parle bien d'enfer sans exagérer ! Et cela a duré des années, des crises quotidiennes pendant la première année, puis au fil des ans cela était moins régulier et c'est vrai qu'au bout de 40 ans on arrive à mieux les maîtriser mais elles sont toujours aussi traumatisantes. Il a fallu qu'internet existe pour comprendre de quoi je souffrais ! Ce mal a pour nom "attaque de panique" et croyez moi il faut le vivre pour savoir de quoi on parle. En plus des effets physiques qu'elle procure, l'impression de dépersonnalisation et de déréalisation vous pousse à croire que vous devenez fou.

Peut être que, sans fumer j'aurais souffert de ce mal un jour mais je pense que la fumette en a été le déclencheur. J'en conclu que la fumette est peut être inoffensive pour certaines personne mais pour d'autres qui peuvent avoir certaines fragilités psychologique cela peut leur gâcher comme moi une bonne partie de leur vie !