

Vos questions / nos réponses

Bad trip cannabis sensations persistantes

Par [Profil supprimé](#) Postée le 15/04/2020 19:52

Bonjour à celle où celui qui me lira, Il y'a de cela 2 ans et demi, j'ai fait un bad trip après avoir fumé un joint de cannabis. Je n'étais pas un grand fumeur mais cet été la j'avais particulièrement abusé et fumais tous les jours (je n'ai plus jamais fumé après cela). Vers la fin de l'été comme d'habitude nous fumions du cannabis et en rentrant chez moi avec un copain, j'ai eu la sensation d'être absent et de partir, de m'évanouir, je me suis donc mis à faire une crise d'angoisse (la première de ma vie), cette crise à durée plusieurs heures et m'a traumatisé je pense. Les jours qui ont suivi je n'ai fait que dormir, je n'ai pas ressenti de manque du cannabis mais je n'arrivais pas à faire autre chose que de dormir. Peu de temps après j'ai compris que j'avais un sentiment d'irréalité, je me suis effondré en pleurs mais je n'ai rien dit à personne pendant 2 ans. Pendant ces 2 ans j'ai été hyper vigilant quant à cette irréalité, elle me hantait et je cherchait toujours une preuve que ce que je vivais étais vrai. J'ai quand même continuer mes études et les ai réussies haut la main, mais rien n'a changé depuis ce jour du bad trip, j'ai l'impression d'avoir profondément changé, je ne me reconnaiss plus, je n'ai plus confiance en ma vue je ne sais jamais si ce que je vit est vraiment réel. J'ai donc récemment consulté une psychiatre qui m'a dit que tout cela était uniquement due à l'anxiété. J'ai beaucoup de mal à la croire et je passe mon temps à chercher mes symptômes sur internet. J'ai un brevet de pilote mais je n'ose plus voler car j'ai peur de déréaliser en vol et de perdre le contrôle, j'ai aussi peur de conduire car je ne sais pas si c'est bien moi qui conduit et si je ne vais pas avoir d'accident. Je n'ose plus sortir de chez moi seul j'ai peur de ne pas savoir où je suis ni qui je suis. Je ressent et pense à cela tout le temps. j'ai énormément peur d'être devenue schizophrène ou d'avoir abîmé mon cerveau de manière irréversible, j'ai peur que ce bad trip ai bougé quelque chose dans mon cerveau et que je devienne fou, incapable de faire quoi que ce soit. J'ai peur de rester comme ça toute ma vie. Pouvez vous m'aider s'il vous plaît et me dire ce que vous en pensez ? Es il possible que cela ai laissé des séquelles irréversibles sur moi, comme la schizophrénie ? Pensez vous que je puisse m'en remettre ? Merci d'avance.

Mise en ligne le 16/04/2020

Bonjour,

Il est relativement fréquent de rester « marqué » par l'expérience d'un bad trip. Même une fois les effets du cannabis dissipés (quelques heures), des sensations étranges et désagréables peuvent persister, liées à l'anxiété générée par la manière plus ou moins violente et traumatisante, éprouvante, dont a été vécu le bad trip. Cela se rétablit généralement spontanément après quelques jours, quelques semaines voire quelques mois, selon les personnes.

Il semble dans votre cas, et malgré le temps qui est passé depuis cette mauvaise expérience, que vous restiez très troublé et inquiet, nous le comprenons, des sensations d'étrangeté qui persistent et que vous décrivez comme étant invalidantes puisqu'occasionnant certains empêchements dans votre vie.

Ceci nous conduit à vous inviter à consulter à nouveau afin de reprendre un avis médical que notre service ne pourra vous donner, pas plus que nous ne pourrons « prédir » l'évolution des symptômes qui vous mettent à mal et vous inquiètent. Peut-être pourriez-vous reprendre contact avec le psychiatre qui vous a déjà reçu et s'est montré plutôt rassurant afin de refaire un point à moins que vous ne préfériez prendre un deuxième avis auprès d'un autre médecin.

Vous pourriez vous rapprocher d'une consultation d'addictologie où vous seriez possiblement reçu par un professionnel ayant une double qualification, en psychiatrie et en addictologie, bien que vous n'ayez pas de problématique de dépendance. Nous vous joignons ci-dessous les coordonnées d'une consultation externe d'addictologie du CHU de Saint Etienne où exercent plusieurs psychiatres addictologues.

Nous vous remercions de votre compréhension et souhaitons que des réponses puissent vous être apportées afin de reprendre « possession » de tous vos moyens et de votre vie.

Au besoin, notre service reste disponible que vous souhaitiez échanger plus en détail de vos difficultés ou être orienté vers une consultation d'addictologie avec psychiatre dans une autre ville. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0 800 2313 13 (appel anonyme et gratuit) ainsi que par Chat de 14h à minuit.

Avec tous nos encouragements et voeux de « rétablissement ».

Cordialement.

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