© Drogues Info Service - 15 juin 2025

Vos questions / nos réponses

Les effets du cannabis disparaissent ils complètement ?

Par Profil supprimé Postée le 12/05/2020 17:36

> Bonjour Je suis très angoissé car j'ai fumé pour la premiere fois de ma vie du cannabis et plus partiulierement de l'Amnesia. C'était hier avec 3 potes à moi. Ne connaissant pas les effets j'ai dû tirer environ 4 ou 5 fois. Mon corps n'a pas bien réagis au debut car j'ai cru mourir, mon rythme cardiaque s'accélérait, j'entendait ma voix en echo et je pouvais "muter" (couper le son) plus ou moins de mes potes, je me rappelle que je tournais en rond autour d'eux et j'avais l'impression de sortir de mon corps toutes les 3 secondes c'etait super désagreable. Apres cela est venue une phase très agréable où je rigolais tout le temps. Bref vous connaissez surement tous ici les effets de cette drogue. Mon probleme est que je suis retourné chez moi vers 1h du mat (j'etais bien bien redescendu comparé à plus tot dans la soiree ou je racontais n'importe quoi), puis pendant la nuit je me suis reveillé a globalement tt les heures : 2h, 3h, 4h, 5h et puis la reveil ensuite a 10h30 env. Mon probleme est que j'ai l'impression d'avoir gardé encore les effets mais a tres faible dose, la il est 19h et mon coeur bat vite, je suis assez angoissé de ne jamais retrouver ma vie d'avant, je ne ressens plus mes souvenirs de la meme maniere et je ne pense plus à ce que je pensais dans ma tete avant la prise de cette drogue. Je suis egalement assez fatigué. Je n'ai toujours pas l'impression d'etre retourné dans mon vrai corps, nottament quand je parle c'est totalement indescriptible. Est ce normal ?? Est ce que je vais retrouver ma vie d'avant ?? Est ce que ma fatigue et mon manque de motivation va disparaitre ?? Je suis super inquiet, j'ai été maxi débile de toucher à ça, je ne recommencerai jamais de toute ma vie. Merci de vos réponses, désolé pour le temps perdu.

Mise en ligne le 14/05/2020

Bonjour,

Nous comprenons que vous soyez inquiet suite aux effets que vous avez ressenti après avoir fumé pour la première fois du cannabis.

Ce dernier agit comme un perturbateur au niveau du cerveau et modifie ainsi l'état de conscience de la personne au moment de la consommation. Tous les effets que vous nous décrivez font partie des symptômes que l'on peut ressentir. Nous pouvons donc être rassurants quant à cela. Vous avez vécu cette nouvelle expérience et vous êtes aujourd'hui bouleversé, votre organisme a été ébranlé et il lui faut quelques heures voire quelques jours pour s'en remettre. C'est pourquoi vous êtes particulièrement fatigué et angoissé. Il

semble important que vous puissiez vous reposer et vous détendre pendant les jours qui viennent. En effet, la peur de ne pas redevenir comme avant a tendance à alimenter le stress et les angoisses.

Vous pouvez pratiquer un peu de marche, une activité sportive, musicale ou encore faire des exercices de relaxation, pour vous aider à vous détendre. Le principal est que l'activité en question vous fasse du bien.

Nous vous joignons des liens en fin de réponse vers la fiche informative sur le cannabis et un article avec les questions que vous pourriez éventuellement vous poser.

Nous espérons vous avoir rassuré.

N'hésitez pas à revenir vers nous si vous souhaitez échanger davantage avec un de nos écoutants. Nous sommes disponibles tous les jours, soit par téléphone au 0 800 23 13 13 de 8h à 2h du latin et par Chat de 14h à minuit.

Bien à vous.

En savoir plus :

- Fiche sur le cannabis
- Questions fréquentes liées au cannabis