© Drogues Info Service - 28 mai 2025

Vos questions / nos réponses

Inquiétude après consommation

Par Profil supprimé Postée le 01/08/2020 11:54

> Bonjour, vendredi dernier j ai consommé 1 comprimé d extasie et les jours qui se sont suivies était plutôt tranquille jusqu'au mercredi ou j ai commencé à avoir la tête qui tourne des bouffées de chaleur. Le jeudi a été dur mais le vendredi j était mieux jusque en fin d après midi ou les problèmes à la tête sont revenues. Depuis je suis assez anxieux stressé puisque cela fait quand même une semaine. J'aimerai savoir si je dois m inquiéter ou aller consulter ou attendre que ça passe

---

Mise en ligne le 03/08/2020

Bonjour,

Les effets de l'ectasy agissent sur le corps jusqu'à 6h après la prise.

La descente, elle, peut avoir des effets en différé. C'est à dire qu'elle peut commencer 3 à 4 jours après la consommation, et durer quelques jours.

Ce que vous avez ressenti est tout à fait normal et caractéristique d'une consommation d'exctasy.

Nous vous invitons tout d'abord à vous relaxer et à tenter d'évacuer le stress persistant. Pour cela, vous pouvez pratiquer des exercices de respiration, de méditation, de la marche, eventuellement de la course, etc..

Aussi, n'oubliez pas de vous hydrater à hauteur de 1,5 L d'eau par jour. Une deshydratation liée aux températures actuelles pourrait aussi expliquer la récurrence de vos maux de tête.

Bon courage à vous,