

BADTRIP ET SENSATION PERSISTANTE

Par Paul95 Postée le 07/03/2021 08:14

Bonjour à tous, Il y a maintenant 3 mois j'ai eu une très mauvaise expérience avec le cannabis en faisant un bad trip durant une soirée (rythme cardiaque excessif, angoisse, tremblements...). Ce fut un moment vraiment désagréable. Je précise que j'ai du fumer 4 fois en tout dans ma vie. Mais le problème est que depuis ce jours j'ai une sensation qui persiste d'une sorte de légère « irréalité », je suis un peu à côté de mes baskets tout le temps et j'ai tendance à être ultra fatigué là plus part du temps. Je suis déjà allez voir un médecin qui m'a fait passé des test sanguins et rien est anormal. J'ai lu sur internet que de nombreux problèmes tel que la schizophrénie pouvait être causé par le cannabis mais je ne trouve pas vraiment de problèmes similaire au mien. Ma principale peur c'est que ce problème s'aggrave ou que je « devienne fou ». Je pense avoir surtout besoin d'être rassuré. Merci à vous.

Mise en ligne le 08/03/2021

Bonjour

Vous avez vécu un bad trip il y a 3 mois et vous en avez gardé une sensation d'irréalité qui vous inquiète. Vos lectures sur internet ne vous rassurent pas et vous vous interrogez sur un risque d'aggravation de vos symptômes et notamment la peur de devenir fou.

Votre consommation datant d'il y a 3 mois, votre organisme a complètement éliminé le THC (substance psychoactive du cannabis) car dans le cas d'une consommation occasionnelle comme la vôtre, le THC ne reste que quelques heures dans votre sang et salive et est éliminé complètement par les urines en maximum 5 jours. Vous pouvez donc être pleinement rassuré à ce sujet.

Il est relativement fréquent de rester marqué par une expérience de bad trip. Les sensations étranges, désagréables et éprouvantes qui se sont produites et l'angoisse qu'elles ont généré sur le moment peuvent être difficile à oublier. Lorsque vous y repensez, vous réactivez cette mémoire traumatique. Le fait d'y penser fréquemment va alimenter cette persistance de sensation qui pour vous se traduit en irréalité. La sensation de devenir fou est fréquente mais il s'agit souvent d'une peur plus que d'une réalité.

Nous ne pouvons que vous inviter d'éviter de repenser à ces sensations ou si elles arrivent d'éviter de vous focaliser sur elles pour ne pas les augmenter. Il nous semble important de vous conseiller de vous changer les idées, de vous faire plaisir, de vous détendre.

Si toutefois cela vous semble trop difficile, vous pouvez prendre rendez vous en consultation jeune consommateur (CJC) dans un CSAPA (centre de soins d'accompagnement et de prévention en addictologie) où vous serez reçu de manière bienveillante et non jugeante par des professionnels (médecins, psychologues, infirmiers...) spécialisés en addictologie. Les consultations se font sur rdvs et sont gratuites.

Vous trouverez ci après quelques adresses de CJC dans votre ville ainsi qu'un lien vers la rubrique "adresses utiles" de notre site internet si ces 2 adresses ne vous convenaient pas.

Vous pouvez également contacter nos écoutants si vous souhaitez échanger plus amplement. Ils sont accessibles 7j/7 de 8h à 2h du matin au 0800 23 13 13 appel gratuit depuis un fixe ou au 01 70 23 13 13 depuis un portable au prix d'un appel local. Le chat est également accessible depuis notre site internet

Bien cordialement

POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES

CSAPA LYADE - LYON

31, rue de l'Abondance
69003 LYON

Tél : 04 72 84 62 00

Site web : lyade.arhm.fr/index.php

Secrétariat : Lundi, mercredi, jeudi et vendredi de 10h à 12h et de 14h à 16h et le mardi de 10h à 12h et de 16h à 18h

Accueil du public : Lundi de 9h à 18h Mardi et mercredi de 9h à 19h jeudi de 9h à 17h30 et le vendredi de 9h à 17h

Consultat° jeunes consommateurs : Lundi de 13h à 17h30 Mardi de 16h à 19h Mercredi de 13h à 19h Jeudi de 14h à 16h vendredi de 9h à 13h

COVID -19 : Septembre 2021 - accueil en présentiel sur rendez-vous - Délai d'attente plus ou moins variable

Voir la fiche détaillée

SERVICE D'ADDICTOLOGIE DU C.H EDOUARD HERRIOT

5, place d'Arsonval
Pavillon K - 1er bâti à droite en rentrant - rez-de-chaussée
69003 LYON

Tél : 04 72 11 78 52

Site web : www.chu-lyon.fr/fr/drogue-et-addictions

Secrétariat : Lundi au jeudi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h30 sauf le mardi après-midi (uniquement de 9h à 12h30)

Accueil du public : Lundi au jeudi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h30 sauf le mardi après-midi (uniquement de 9h à 12h30)

Consultat° jeunes consommateurs : Pas de consultations CJC externes mais uniquement en Post-urgences. Ce sont les services des urgences qui sollicitent les professionnels de l'équipe, pour un accompagnement des jeunes dans le cadre d'un dispositif CJC post-urgences

COVID -19 : Mars 2022 : accueil en présentiel sur rendez-vous

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service