© Drogues Info Service - 7 juillet 2025

Vos questions / nos réponses

Bad trip cannabis et angoisses persistantes

Par Profil supprimé Postée le 21/03/2021 23:34

> Bonjour, Il y a une semaines j'ai fumé du cannabis avec mes amis et j'ai fais un bad trip. Je précise que je consomme du cannabis que en soirée et assez peu souvent et que j'en ai pas repris depuis. Pendant mon bad trip j'ai fais une grosse crise d'angoisse pendant plus d'1h et je pense avoir perdu connaissance deux fois pendant quelques secondes. J'avais déjà fais des crises d'angoisses avant mais jamais comme ça, c'est comme si mes propres pensées m'échappais. Les premiers jours après ont été difficiles, avec une impression de ne pas être moi-même. Maintenant, je fais des insomnies et je ressens une angoisse persistante (impression de mal respirer, cœur qui bat trop fort). Il me reste de l'Alprazolam de prescriptions précédentes et j'en prends de temps en temps pour calmer tout ça mais ça ne semble pas avoir d'effets. Sachant que j'ai arrêté mes antidépresseurs il y a quelques mois, est-ce-que je dois m'inquiéter ou cela devrait se résoudre tout seul dans quelques jours ?

Mise en ligne le 22/03/2021

Bonjour,

Malheureusement, il arrive parfois que certains usagers ressentent quelques temps après le badtrip certains désagréments comme vous les décrivez. Il est très difficile d’estimer la durée de ces ressentis indésirables car c’est très variable d’une personne à l’autre. Il est possible que l’angoisse que vous nourrissez à l’idée d’avoir des troubles persistants puissent être à l’origine de ce que vous ressentez aujourd’hui.

Bien que cela puisse paraitre difficile, il convient d’essayer de bien vous reposer, vous hydrater, vous alimenter et reprendre vos activités courantes afin d’éviter de trop vous focaliser sur vos angoisses et ainsi les nourrir. Tout ce qui peut contribuer à vous détendre ou à votre bien-être peut être salvateur.

Bien sûr, il est plus que recommandé d’éviter les produits psychoactifs pendant quelques temps et à fortiori le cannabis. L’appréhension que vous pourriez avoir à l’idée de refaire un badtrip en consommant à nouveau du cannabis pourrait avoir des conséquences néfastes sur les effets ressentis. L’état psychologique dans lequel vous vous trouvez avant une consommation de produit psychoactif a une influence. Les mélanges de produits peuvent aussi être en cause. Vous trouverez en bas de page un article sur le badtrip et le cannabis.

Si vous souhaitez être rassuré de « vive voix », vous avez la possibilité de nous contacter par téléphone au 0 800 23 13 13 (appel gratuit) tous les jours de 8h à 2h ou par chat 7j/7. Un écoutant prendra le temps nécessaire afin d'échanger avec vous. Vous pourriez également contacter le médecin qui vous a prescrit les anxiolytiques et antidépresseurs afin d'avoir son avis.

Nous vous souhaitons une bonne récupération.

Cordialement.

En savoir plus :

- Fiche sur le cannabis
- Peut-on faire un badtrip avec du cannabis?