

GÊNE AU COEUR APRÈS BAD TRIP

Par **Louiiiis50** Posté le 16/03/2022 à 13h36

Bonjour j'ai 17 ans, et depuis mon bad trip après avoir fume du shit il y a une semaine j'ai une gêne au coeur. Au début j'y pensais pas trop donc ça aller et maintenant dès que je suis tout seul dans les transports (bus, voiture etc... sans mes amis) j'y pense beaucoup donc je stress je commence à sentir des gêne assez importantes au niveau du coeur. Est-ce que mon coeur a pu être endommagé (j'ai juste fume un joint trop chargé ça faisait longtemps que j'avais pas fumé et je venais de me réveiller). Je précise aussi je suis aller chez un médecin généraliste qui a pris ma tension et appuyez sur le coeur, tout était normal, il m'a redirigé vers un cardiologue pour le rassurer qui a écouter mon coeur + fait une ecg tout était normal aussi mais je n'ai pas dit que c'était depuis un Bad Trip car il y avait mes parents a côté. Ça ne me le fait pas du tout quand j'y pense pas.

Est ce que mon coeur a pû être endommagé pour un joint alors que j'ai déjà fait bien pire sans rien avoir ou c'est juste mon système nerveux ainsi que le stress qui me jouent des tours ? (je suis assez parano dès que j'ai mal quelques part)

Je vous remercie d'avance en espérant avoir des réponses.

2 RÉPONSES

Pepite - 23/03/2022 à 15h07

Bonjour LOUIIIIS50,

Bienvenue sur ce forum.

"(je suis assez parano dès que j'ai mal quelques part)".

Vous voulez bien me raconter avec plus de détail cet élément. Décrivez ce qu'il se passe en vous.

Une vidéo :

<https://www.drogues-info-service....le-difficultes-a-arreter-composition>

Un fil :

<https://www.drogues-info-service....is-mauvaise-experience-avec-cannabis>

Pépité

Moderateur - 01/04/2022 à 17h11

Bonjour Louiiiis50,

Comment allez-vous 15 jours après votre message ?

Vous n'avez rien au cœur mais vous êtes victime d'une anxiété qui vous rend hypervigilant sur des signes auxquels, en temps normal, vous ne prêteriez pas attention. C'est l'effet post-traumatique du bad trip, qui provoque un stress intense chez vous.

Normalement cela s'estompe mais pour que cela passe plus facilement il faut que vous travailliez à vous relaxer (sans utiliser de cannabis ni d'autre drogue). Par exemple par de la relaxation ou de la méditation. Essayez d'éviter les situations de stress et quand vous avez l'impression que cela ne va pas dites-vous que cela vient de votre tête et que cela va passer. Respirez calmement et acceptez ces sensations qui ne vont pas empirer mais qui vont vite passer. Dans ces moments-là essayez de vous occuper à autre chose pour faire diversion.

Courage,

le modérateur.
