© Drogues Info Service - 14 juin 2025

Vos questions / nos réponses

Bad trip canabis

Par Profil supprimé Postée le 24/04/2022 14:52

> Bonjours alors je voulais vous parle de mon expérience à cause d’un gros bad trip. J’ai utilisé un bang pour coule une douille crise de panique derrière angoisse j’etait avec 3 amis a moi et je suis allée me pause dans une chambre en haut de sa maison psk jetait trop defonce sauf que arrivée en haut impossible de dormir et je me suis à me parlé a moi même dans ma tête et j’ai fais une crise d’angoisse car j’ai eux peur de perdre le contrôle de mois et de descendre pour m’être un coup de couteau à un de mes à amis le faite est que je suis descendu faire pipi je suis remonté puis redescendu après pour allez les voire j’ai pas ause le explique du coup ça ces bien fini mes depuis ça j’ai ce souvenir qui me hante sa me dérange beaucoup j’ai peur de devenir squizophrene psk je me pause trop de questions sur moi j’ai l’impression que je pshycote vraiment depuis ça et ça me rend parano tout ça du coup depuis ce jours je ne fume plus de shit ça m’a fait vraiment peur

---

Mise en ligne le 27/04/2022

Bonjour,

Vous nous décrivez bien votre bad trip et ce qui vous est passé par la tête. Nous comprenons bien que cet épisode d'angoisse et de peur de perdre le contrôle a dû être très éprouvant pour vous.

Si c'est souvent la détente et l'euphorie qui sont recherchées dans le cannabis, se sont parfois des malaises ou des bad trip qui peuvent se produire. En effet, le cannabis est un produit classé dans la famille "des perturbateurs du système nerveux central". Cela signifie que d'une personne à l'autre les effets peuvent être très différents. C'est également le cas chez une même personne. Cela peut dépendre de son "état du moment" avec de nombreux facteurs comme la fatigue, la faim, ses préoccupations, son état de santé...

Le bang est un mode de consommation qui peut maximiser les effets du cannabis et parfois augmenter les risques de malaises.

Se remettre d'un bad trip peut parfois prendre du temps, de quelques jours à quelques semaines. En effet, cela peut être un épisode traumatisant pour le corps et "l'esprit". Il faut parfois attendre pour que l'organisme se rééquilibre car il a été fragilisé. Durant cette période, il est important de ne pas reconsommer comme vous le faites. Il est aussi important, tant que possible, d'essayer de se changer les idées pour ne pas se focaliser sur

son mal-être ce qui risquerait de l'alimenter davantage. Nous vous encourageons à essayer de faire des activités qui vous détendent et vous font du bien.

Nous entendons bien votre crainte concernant votre santé mentale. Il pourrait être intéressant de rencontrer un médecin ou un infirmier spécialisé en addictologie pour vous rassurer sur ce que vous traversez actuellement. Il existe des structures où vous pouvez en consulter un dans un cadre gratuit et confidentiel. Ces lieux se nomment des Consultations Jeunes Consommateurs (CJC), n'hésitez pas à vous y rendre si vos symptômes et vos inquiétudes persistent.

Vous trouverez en bas de réponse des coordonnées de CJC près du lieu d'habitation que vous nous avez indiqué.

Si vous souhaitez échanger davantage sur votre situation, n'hésitez pas à contacter un de nos écoutants. Nous sommes accessibles 7J/7J, par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) de 8h à 2h du matin ou par le Chat de notre site Drogues Info Service de 8h à 12h.

En vous souhaitant un bon rétablissement.

Bien cordialement.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures

---

Csapa Alençon - Consultations jeunes consommateurs

28 rue de Vicques
61100 ALENCON

Tél : 02 33 26 89 16
Site web : www.addictions-france.org
Consultat° jeunes consommateurs : Permanence le mardi de 9h à 13h sur rendez-vous - L'entourage peut être reçu seul ou avec le jeune consommateur.
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 10h-12h30 et de 13h30-17h00.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Les CJC