© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

comment se débarrasser de

Par godfhhh Postée le 09/03/2023 13:18

> Bonjour, Il y a 4 jours j'ai fumé un joint de beuh en soirée (ça m'arrive occasionnellement) et j'ai fait un bad trip (pas ultra violent mais j'étais très parano et mes sensations physique étaient amplifié et c'était étrange et pas agréable (ça m'est déjà arrivé et parfois en plus violent et normalement je dors et le lendemain c'est rentré dans l'ordre), seulement là le lendemain mes sensations physique étaient toujours bizarre avec cette impression d'étrangeté comme si je ressentais les choses en décalé de une demi-seconde. De plus j'ai l'impression que ma tête est dans un étau / dans le brouillard comme si mon cerveau était au ralenti. J'aimerais savoir ce que je peux faire pour que ça aille mieux, j'ai vraiment envie que ça cesse ça ne m'est jamais arrivé je ne sais pas quoi faire. Merci d'avance pour votre réponse

---

Mise en ligne le 10/03/2023

Bonjour,

Nous prenons en compte votre inquiétude et comprenons un état de mal-être lié à ce que vous nommez Bad-trip. Vous décrivez d’autres situations de bad trip aussi nous vous invitons à questionner l’intérêt et le « plaisir » de ces consommations.

A notre connaissance, il arrive qu’à la consommation de cannabis les perceptions sensorielles soient modifiées, les effets décrits dans votre message s’apparentent aux signes somatiques parfois observés. La plupart des effets somatiques du cannabis régressent dans les heures puis les jours qui suivent la consommation.

il est important de savoir que les symptômes que vous décrivez ne sont plus liés à l'effet de ce produit qui agit pendant quelques heures.

Afin de vous sentir mieux, il est important de ne pas focaliser sur ces symptômes ou d'y attacher plus d’importance que de raison. Tout devrait s'atténuer progressivement, l'important est maintenant d'arriver à vous détendre et à ne pas entretenir cette anxiété jour après jour.

Si votre inquiétude persiste, il est possible de vous rapprocher d'un médecin ; soit votre généraliste si vous vous sentez en confiance avec lui, soit un professionnel spécialisé sur les questions de consommation dans une Consultation Jeunes Consommateurs (CJC).

Les CJC sont des consultations individuelles, confidentielles et gratuites ; vous pourrez exposer votre situation et votre questionnement. Nous vous invitons à les contacter, ne serait-ce que pour un premier échange.

Il existe des CJC dans tous les départements, nous vous joignons un lien ci-dessous.

Si vous souhaitez évoquer cette question sous forme d'échanges, vous pouvez également nous contacter de façon anonyme et gratuite au 0800 23 13 13 de 8h à 2h ou par chat via notre site de 14h à minuit en semaine, de 14h à 20h le samedi et le dimanche.

Bien cordialement

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

---

CSAPA La Métairie

2 rue Maréchal Juin
85000 LA ROCHE SUR YON

Tél : 02 51 05 23 39
Site web : www.oppelia.fr/blog/structures/csapa-la-metairie-85/
Secrétariat : Lundi-jeudi et vendredi : 9h à 12h et de 13h30 à 18h, mardi: 13h30 à 18h - mercredi : 9h à 12h et de 13h30 à 17h
Accueil du public : Permanence sans rendez-vous le lundi de 14h à 16h pour toutes questions, informations, conseils - Consultation sur rendez-vous du lundi au vendredi.
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous : jeunes entre 12 et 25 ans avec ou sans entourage - Autre lieu de consultation (jeunes entre 16 et 25 ans) à la Maison des Adolescents 85 (tous les mercredis après-midi : prise de rendez-vous au secrétariat du Csapa);
Substitution : Délivrance de traitement de substitution uniquement pour les usagers ne possédant pas de carte vitale.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- Fiche sur le cannabis