© Drogues Info Service - 28 mai 2025

Vos questions / nos réponses

Dégâts irréversibles ?

Par Gui99corleone Postée le 13/07/2023 19:29

> Bonjour, Je m'appelle Guillaume, j'ai 22 ans et j'ai une question qui me reste en tête depuis un petit temps et je ne trouve pas trop la réponse. J'ai consommé durant 2 ans des drogues de façon complément excessive. Que ce soit des 5g de ke par de ketamine, des 3 grammes de md ou encore 5 cartons, et j'en passe par soirée. J'ai donc consommé de la ketamine, de l'extasy, du 2cb, du Lsd, de la Cocaïne, de la mdma, des champis, de la weed et du speed pendant mes années décadentes. Maintenant je suis loin de tout ça, je ne touche plus à rien depuis 1 an. Ce que je me demande c'est si beaucoup de ces drogues ont des dégâts irréversibles sur le cerveau ou si la plupart des effets sont reversibles. Quelles sont les effets sur le long terme que mon cerveau va connaître ? Ma mémoire, ma capacité de réflexion, ma concentration,... Qu'est ce qui part et qu'est-ce qui peut revenir ? Et est-ce qu'à part faire du sport, bien se nourrir et prendre quelques vitamines, est-ce que je peux faire quelque chose de supplémentaire pour imposer une "rééducation" à mon cerveau ? Merci le temps que vous mettrez dans la réponse. Bien à vous.

Mise en ligne le 18/07/2023

Bonjour,

Vous nous indiquez avoir consommé diverses substances pendant deux ans. Aujourd’hui vous ne consommez plus, mais vous nous interrogez sur les séquelles possibles sur votre santé cérébrale. Vous souhaiteriez connaitre le meilleur comportement à adopter pour vous rétablir au mieux de cette période de consommation.

La liste des substances est conséquente et il ne nous est pas possible d’établir tous les risques existants car ils sont nombreux mais pas systématiques.

Nous ne savons pas ce qui vous pousse à toutes ces interrogations car vous ne précisez pas si vous avez fait le constat de difficultés spécifiques en termes d’attention, de concentration, de cognition ou autre.

Sachez toutefois qu’il est possible de ne pas subir de séquelle. Tout arrêt des consommations constitue un élément plus que positif et permet à l’organisme de se rétablir.

Nous espérons que vous ne souffrez d'aucun symptôme. Néanmoins, si vous observez des manifestations inquiétantes, il ne faut pas hésiter à consulter votre médecin ou un spécialiste en addictologie.

Pour vous aider, nous vous transmettons un lien en bas de page vers notre « dico des drogues ». Vous y trouverez des fiches synthétiques par produit cité pour disposer de toutes informations qui vous sembleront utiles.

Si vous souhaitez en parler avec des professionnels en addictologie, sachez qu'il existe en Belgique « Infor Drogues » dont vous trouverez le lien internet en bas de page.

Dans tous les cas, ce qui importe aujourd'hui c'est de maintenir tel que vous le faites déjà, une bonne hygiène de vie. Ceci implique un rythme de vie sain concernant le sommeil, l'alimentation, l'hydratation, la pratique sportive et/ou toute activité créative ou de bien-être.

En attendant, si vous ressentez le besoin d'échanger autour de votre situation, vous pouvez nous joindre par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit), tous les jours de 8h à 2h. Également par chat via notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Bien à vous

En savoir plus :

- Le dico des drogues
- Infor Drogues