

Vos questions / nos réponses

Sensation dopamine après prise de THC

Par [albrtuluin](#) Postée le 31/07/2023 11:33

Bonjour, je souhaiterais vous poser une question me concernant. Il y a 3 jours, j'ai pris une grande dose de THC (comestible) pour la première fois. Et depuis ce jour là, je ressens toujours la sensation d'avoir de la dopamine dans le cerveau. Je sens mon cerveau. Est-ce normal ? Merci.

Mise en ligne le 01/08/2023

Bonjour,

Vous avez consommé pour la première fois du cannabis en ingestion et ressentez des sensations inhabituelles après plusieurs jours.

Le THC est absorbé beaucoup plus lentement par l'organisme après consommation orale (sous forme solide ou liquide). Ainsi, les effets sont observés au bout de 1 à 2 heures après l'ingestion. Les cannabinoïdes stockés dans les graisses se rediffusent lentement dans le sang et produisent des effets pendant 4 à 6 heures.

En ce qui vous concerne, il s'agit d'une première expérience. On peut comprendre que ces sensations nouvelles vous inquiètent et il est possible que cela nécessite plus de temps pour vous "remettre" de cette expérience.

Nous ignorons ce que vous entendez par "la sensation d'avoir de la dopamine dans le cerveau". La dopamine est en effet activée et génère un sentiment de plaisir. Or ceci est valable pendant le temps d'action du THC. Une fois que les effets s'estompent et cessent, la sensation de plaisir disparaît également.

Dans tous les cas, il est important de prendre le temps du repos, d'adopter une bonne hygiène alimentaire pour vous rétablir de cette expérience et de ne pas laisser la peur vous gagner.

Pour plus d'informations sur les effets secondaires du cannabis, les modes d'actions, etc. nous vous joignons notre fiche produit en bas de page, pour en savoir davantage.

Si cet évènement vous perturbe et vous gêne, sachez qu'une situation de stress induit une hypervigilance sur des sensations physiques et sensorielles qui passeraient inaperçues en temps normal. Le fait de ressentir son cerveau, fait tout de même penser à une focalisation de vos pensées sur un état que vous cherchez à contrôler, or la peur peut amplifier vos ressentis.

Tentez de vous rassurer et de prendre le temps de vous détendre en occupant votre attention sur des activités qui vous font du bien (loisirs, balades, sport, repos, vidéos, etc).

Toutefois, si vous constatez que des symptômes désagréables persistent dans ce cas, n'hésitez pas à en parler avec votre médecin ou un professionnel en addictologie.

En effet, il existe des Consultations Jeune Consommateur (CJC) destinées aux jeunes de 12 à 25 ans. Des professionnels tels que médecin addictologue, infirmier et psychologue reçoivent des adolescents ou jeunes adultes. Vous pourrez y trouver soutien, informations et conseils. Les consultations y sont individuelles, confidentielles et gratuites. Le cadre y est bienveillant et ils seront en mesure de parler de ce qui vous questionne ou vous inquiète suite à cette consommation.

Nous vous transmettons en bas de page un lien vers notre rubrique « adresses utiles » pour trouver les coordonnées d'une CJC près de chez vous. Il vous suffira d'y renseigner la ville et de sélectionner « Consultation Jeune Consommateur »

En attendant, si vous ressentez le besoin d'échanger autour de votre situation, vous pouvez contacter nos écoutants 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 :

- [Fiche sur le cannabis](#)
- [Adresses utiles du site Drogues info service](#)