© Drogues Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

J'ai mangé un gummy au HHC-P

Par louise654 Postée le 08/12/2023 16:18

> Bonjour Je suis sobre de marijuana depuis plus de 6 mois, j'ai arrêté pour ma santé mentale, ayant développé probablement en partie à cause de cette drogue un trouble bipolaire. Je souffre de déréalisation depuis environ 2-3 mois alors que je ne consomme plus aucune drogue, il semblerait que je sois très anxieuse. Je suis aussi suivie par un psychiatre et un psychologue (TCC) En vacances en Tchéquie cette semaine, mon petit ami me dit qu'il a entendu parlé du HHC dans les pays de l'Est, il semblerait que ce soit assez marrant. Alors on a acheté des gummies "HHC-P 2mg par bonbon" Mon copain en prends un et 1H après je lui demande si ça va, il me dit que c'est comme s'il avait fumé un peu et que c'était cool. Rassurée et histoire de me détendre un peu avec lui, je mange la moitié d'un. Je me réveille au milieu de la nuit la bouche et la gorge toute seche, envie d'aller aux toilettes mais je ne peux pas car mon corps est tout anesthésié, je peux encore bouger mais ma tension est trop basse pour que je me lève. Je me retiens pendant bien 5H avant de reussir a me lever. Le reste de la journée était un calvaire nous avons été tous les deux défoncés pendant 24H. Aujourd'hui cela fait 4 jours que j'ai mangé ce bonbon et je me sens toujours faiblarde, j'ai la gorge irritée, je déréalise d'autant plus, l'impression d'être dans un rêve, j'ai du mal à avoir une activité physique car mon coeur et mes poumons semblent à l'épreuve. Cela fait quelques temps que j'essaye d'avoir une bonne santé et on dirait que cette moitié d'un bonbon a tout gaché! Je me suis cramé le cerveau et on dirait que c'est irréversible. Apparemment une connaissance avait pris un gummy de ce type de "nouvelle drogue" et est resté défoncé pendant très longtemps, il a mis un an à s'en remettre en allant a l'hôpital psychiatrique. Qu'est-ce que je vais devenir ? J'aimerais aussi savoir quel est le meilleur moyen de prévention pour que cela n'arrive pas à d'autres personnes ? Cette expérience était similaire à 4 rails de kétamine pris toutes les deux heures pendant 24H c'est pas normal que ce soit en vente libre dans des sortes de boutique souvenir/ bureau de tabac/ supermarché... Y a t il une différence entre le HHC et le HHC-P, je ne trouve pas d'informations sur ce "P"

Mise en ligne le 13/12/2023

Bonjour,

Vous nous expliquez bien le lien que vous faites entre vos anciennes consommations de THC et des troubles qui sont apparus pour vous.

Vous nous décrivez également la mauvaise expérience que vous avez traversée avec la consommation d'un gummy contenant du HHC-P. Le HHC-P est une molécule modifiée du HHC. Il s'agit d'un cannabinoide de synthèse qui imite schématiquement la

structure du THC. Il existe encore peu d'études et de consensus scientifique sur ce produit mais des utilisateurs remontent des effets qui peuvent être plus marqués que ceux du THC et qui peuvent avoir une durée d'action plus étendue. Il est considéré par certains comme l'un des cannabinoides de synthèse les plus fort du marché.

Vous aviez repéré une sensibilité forte chez vous au THC, il n'est donc pas impossible que cette consommation de HHC-P vous ait d'autant plus affecté. Il existe à ce jour peu de contrôles et d'analyses de ces cannabinoides de synthèse et il est possible que leur dosage soit plus ou moins fort, sans forcément correspondre à ce qui est indiqué par le vendeur ou l'emballage.

Pour répondre à votre question sur la différence entre HHC et HHC-P, cela correspond à une différence de structure moléculaire. Le HHC a été classé il y a quelques mois sur la liste des produits stupéfiants ainsi que le HHC-P. Nous vous joignons en bas de réponse un lien vers l'Agence Nationale de Sécurité et du Médicament (ANSM) qui explicite cette décision.

Si votre malaise en lien avec cette consommation perdure, nous pouvons vous inviter à consulter des professionnels du champ de l'addictologie. Il est possible d'en rencontrer dans des structures nommées Centres de Soin d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). L'accueil individuel se fait dans un cadre confidentiel et gratuit, sans jugement. L'équipe d'un CSAPA est généralement composée de médecin addictologue, psychologue, infirmier. Ils connaissent bien les différents produits et leur effets ansi que l'impact que les consommations peuvent produire sur des personnes en fragilité psychique.

Si cette piste d'aide vous intéresse, vous trouverez en bas de réponse un lien pour effectuer une recherche de CSAPA dans votre périmètre géographique.

Si vous souhaitez une orientation affinée ou 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 du lundi au vendredi de 14H à minuit et le samedi et le dimanche de 14H à 20H.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Article de l'ANSM

Autres liens :

- Adresses utiles du site Drogues info service