© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Mauvaise réaction au CBD ?!

Par ninoute Postée le 14/04/2024 10:26

> Bonjour, j'ai arreter de consommer définitivement la résine de cannabis il y a 3 semaines, et hier, j'étais avec mon frère qui fume du CBD occasionnellement. J'en ai fumé un peu avec lui dans l'apres midi vers 16h/17h pour goûter, l'équivalent d'un tiers de joint avec de la resine de CBD puis pareil avec de la fleurs de CBD. Moins d'une heure après je commence a me sentir comme « défoncée » a un degré assez désagréable, puis s'en est suivi des palpitations, mon pouls est monté a 135 bpm, je suis alors partie m'allonger au calme pendant 2h tout en faisant des exercices de respiration etc, mais rien ne changeait, ca oscillait entre 110bpm et 130bpm. En me levant après je me suis sentie toute vaseuse, vertigineuse, vidée… et puis ca n'a fait que s'empirer durant toute la soirée, impossible de rester debout, je n'arrivais pas a m'exprimer correctement mes phrases étaient parfois incohérentes, ma belle soeur me parlait pour me changer les idées et je n'arrivais pas a me concentrer sur ce qu'elle disait, j'avais meme des absences, comme si mon cerveau s'éteignait et que je n'étais plus du tout là. J'étais dans un état complètement second. Je me suis couchée le soir tres tot car je ne voulais que me reposer et que ca passe. Ce matin en me réveillant je me rends compte que les symptômes n'ont pas vraiment disparu. Ils sont encore là, c'est tout de meme légèrement moins pire mais tout autant désagréable, j'ai peur de rester bloquée ou de passer a cote de qqchose de grave. Je ne sais pas quoi penser de ce qu'il m'arrive. Au moment ou j'ecris ceci cela fait 20h que j'ai consommé ces produits, et je me sens vide, je n'arrive toujours pas a me concentrer sur quelque chose, sans énergie, la tete qui tourne, fatiguée, legerement nauséeuse et sans appétit, j'ai des spasmes musculaires incontrôlables, les mains qui tremblent et les jambes en coton! J'espere n'avoir rien omis, et que vous saurez m'éclaircir sur cette situation et ce que je dois faire. Merci beaucoup. Bonne journée

---

Mise en ligne le 18/04/2024

Bonjour,

La description que vous donnez de votre éprouvé après avoir fumé fait fortement penser à un « bad trip ». C'est une mauvaise réaction effectivement aux substances consommées qui peut survenir chez n'importe quel usager. Des facteurs personnels peuvent y contribuer tels qu'un état de fatigue ou d'anxiété par exemple. L'association de plusieurs substances psychoactives peut également favoriser le fait de mal réagir. Enfin, la composition du ou des produits consommés, leur concentration en principe actif ou encore les produits de coupage peuvent expliquer un « bad trip ».

Il est fréquent que les jours qui suivent ce type de mauvaise expérience soient encore éprouvants. Il ne s’agit plus des effets du produit mais de l’angoisse et de ses divers effets qui continuent à se manifester péniblement. Les symptômes vont en général en diminuant jusqu’à disparaitre.

Dans ce type de situation, la recommandation bien sûr est de ne pas consommer à nouveau, d’éviter toute substance psychoactive. Il ne faut pas hésiter à privilégier les activités pouvant procurer détente et bien être, l’idée étant de faire retomber l’anxiété.

Si besoin de revenir vers nous, n’hésitez pas bien entendu. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h du matin au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ainsi que par Chat de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le samedi et le dimanche.

Bien à vous.