© Drogues Info Service - 29 mai 2025

Vos questions / nos réponses

Bad trip?

Par Tarn Postée le 26/06/2024 22:07

Bonjour :) 04/05/24 J'ai 17, bientôt 18 ans et cela va faire 1 an et demi que je consomme régulièrement du cannabis, ou plus précisément de la résine du cannabis, le hash. Par régulièrement j'entends 2-3 à 10-12 joints par jour, tous les jours J'ai commencé en février dernier un traitement à la fluoxétine (prozac) que j'ai arrêté d'un coup vers janvier dernier J'ai commencé à boire vers juin dernier, je suis vite monté à 5 - 6 bières 86 par soirée. Entre septembre et février de cette année, j'ai commencé à consommer des drogues dures, et ai testé pas mal de trucs différents (ketamine, MDMA, 3mmc, LSD, cocaïne(1 ou 2 fois max), et pas mal d'autres poudres au contenus inconnus. Depuis le début de mon traitement antidépressif (Prozac) beaucoup de drogue ont été inaffectives exemple la cocaïne 3 MMC ainsi que l'ecstasy sous forme de pilule ce qui m'a poussé à en consommer plus que je l'aurais fait sans jamais ressentir d'effets. J'ai partiellement arrêté les drogues dures ainsi que l'alcool depuis mi février mais j'ai tout de même reconsommer 6 à 7 pilule d'ecstasy en mi-mars sur un délai de 4 5 jours. J'ai arrêté le traitement antidépressif depuis fin décembre ce qui m'a permis de ressentir des effets et de frôler l'overdose (hallucinations et sortie totale de mon conscient et de mon corps) un soir après avoir pris près de trois pilules d'ecstasy en moins d'une heure car je les vomissait presque instantanément après les avoir ingéré, de peur de ne pas avoir d'effets, comme avant.. Dans les jours qui ont suivi, la redescente a été plus que difficile ce qui m'a poussé à en prendre une au moins chaque jour pour combler cette dernière. Sans pour autant me donner d'effets : je ne ressentais rien à chacune des prises mais je sentais en avoir besoin. Pendant ces redescente les pétages de câble étaient fréquents : lack of drive énorme, aucune envie de rien faire en général et un désir de mourir plus que présent. Après chaque intake, j'avais une désagréable et forte envie de vomir que je réprimais à chaque fois, sauf la première fois (hallu) Pour résumer je buvais, je fumais, et consommais toutes sortes de drogues dures en même temps et tout ça avec mon traitement. Cela va bientôt faire un mois que j'ai ressenti le premier symptôme bizarre : c'est arrivé un soir comme ça, après avoir fumé quelques joints, pas plus que d'habitude : je rentrais chez moi, me suis assis sur mon canapé et avait une sensation générale d'inconfort, de malaise intérieur.. je m'explique j'ai donc ensuite été me coucher et remarqué que lorsque je me couchais sur la gauche je sentais comme un poids à l'intérieur de mes côtes qui poussait vers l'extérieur. Cela peut paraître très étrange mais c'est ce que j'ai ressenti comme si sur tout le côté gauche principalement en dessous de l'aisselle il y avait un poids à l'intérieur de mes côtes qui essayait de sortir. Je n'avais pas plus mal que ça c'était juste très dérangeant, je me suis ensuite couché sur le dos et cette sensation n'apparaissait pas. Je n'y ai pas plus prêté attention que ça même si cela m'intriguait. Cette sensation n'est pas partie depuis ce jour. J'ai également de plus en plus de symptômes comme beaucoup de douleurs thoraciques qui arrivent et qui repartent tout de suite. Ces douleurs sont assez sourdes et reviennent en général au même endroits : tout en bas de l'omoplate gauche et en général au niveau des pectoraux à gauche et à droite. Ce ne sont pas des douleurs musculaires mais plutôt à l'intérieur de mon corps, je ne saurais dire si elles sont tous ceux ou quelque chose d'autre. J'ai consulté mon médecin et parler plusieurs fois de cela avec elle, elle m'a assuré que ce n'était que le fait de mon " sevrage ". J'essaie vraiment d'y croire et de

me rassurer en me disant que ce n'est que cela mais les douleurs s'intensifient de plus en plus c'est bien que je lui dise elle me dit que c'est normal.. j'ai également les ganglions enflés depuis ce moment ainsi qu'une petite boule dure sous le menton qui ne part pas et qui me fait mal lorsque je fume. Cela fait plus de 3 mois que je me dis qu'il faut que je réduise ou même arrête la fumette car le haschich ne me faisait plus d'effet j'ai donc décidé de faire une pause depuis cet événement. Enfin je veux dire j'ai essayé.. depuis ce moment j'ai essayé de moins fumer et de toute façon mon corps rejette de différentes manières toute fumée essayant de passer. En me faisant par exemple très mal à la gorge. Comme le h est une addiction il m'est arrivé de fumer quelque barres sur des joints d'amis, sans grand succès presque un petit high au début mais rien de plus qu'une vive douleur à la gorge après. J'ai également depuis un mois la gorge plus que serrée j'ai constamment l'impression de ne pas vraiment pouvoir respirer de ne pas vraiment pouvoir avaler ma salive entre autres. Pour exemple, vous voyez quand vous avez envie de pleurer mais que vous vous retenez ? La sensation de gorge serrée ? Eh bien c'est exactement ça, mais littéralement tout le temps. J'ai aussi été malade, à peine une semaine après la découverte du poids sous mes côtes, une espèce de bronchite ou une angine je ne sais pas trop.. j'ai essayé de ne pas fumer pendant ce moment, sans grande réussite. Il m'arrive encore de fumer des cigarettes ou quelques barres dessus pour essayer de combler le manque que je ressens par rapport au hash, mais depuis peu mon corps commence à rejeter ces dernières également. Hier soir j'ai acheté du hash pour un ami. J'en garde toujours une partie, ce qui est normal entre nous.. bref. J'ai également reçu de la beuh avec. Cela faisait quelques temps que je me demandais si le tabac ou le h n'était pas eux-mêmes le problème et que peut-être la beuh (étant plus naturelle) ne pourrai pas pallier ce dernier, sans mauvais effets.. J'ai maintenant la réponse qui est : non ! Hier soir quand j'en ai eu l'occasion je me suis donc roulé un pur de weed, en pensant bien sûr que cela était une bonne idée.. Quel cxn je fus.. Je l'ai donc allumé et ai commencé à fumer... D'habitude quand je tire sur des joints de hash ma gorge me fait terriblement mal et je sens que mon corps rejette ce dernier, ce qui me pousse à ne presque pas fumer. Cette fois-ci je ne sentais même pas la fumée passer à travers ma gorge, je me suis donc dit : boah ça devrait aller.. J'hésitais à le fumer en entier directement car j'ai toujours eu une bonne résistance au cannabis surtout que cela fait plusieurs mois que je n'ai plus aucun effets avec le h et dans la raison principale de ma pause, il me fatiguait uniquement.. heureusement, je ne l'ai pas fait. Moi qui recherchais donc cette défonce, ai fumé 5 ou 6 taff dessus avant de poser le j. Au début il n'y avait rien je me sentais plutôt OK, puis ce sentiment m'a envahi : je me sentais très mal et oppressé comme un début de crise d'angoisse mêlé à en début de crise de paranoïa mêlé à une perte de contrôle physique et mental de soi aiguë. En parallèle, cela fait un mois que je psychote tous les jours sur mon état, étant persuadé d'avoir qqch de grave, et me sentant incompris par tous les gens autour de moi qui essayent de me rassurer. Ce sentiment n'a fait que grandir jusqu'à arriver à une angoisse profonde je tremblais de partout je n'arrivais plus à me voir et j'avais l'impression de n'avoir aucun contrôle sur mon corps ce qui ne m'arrive jamais en général. Cela a duré longtemps je suis sorti au début de ça pour essayer de le calmer ce qui m'a fait que l'empirer je pense je tremblais d'autant plus et je ne savais pas quoi faire je ne savais pas où me mettre je sentais ma gorge gonfler, j'avais du mal à respirer et aussi à avaler ma salive, vu que je ne sentais absolument rien, suivi d'un sentiment de malaise incontrôlable. Je ne m'en suis rendu compte qu'après, mais j'avais également très très froid, enfin du moins ma peau l'était, ce qui accentuait les tremblements. Je pense que c'est parce que tout mon sang partait dans les organes vitaux et non dans les choses moins importantes comme les tissus, etc.. l'anesthésie que je ressentais était également peut être due à cela.. Le pire dans tout cela, le vrai pire était le sentiment pas seulement le sentiment en fait, mais le ressenti que tout mon corps absolument tout y compris ma gorge, mes poumons, mes parties, mes mains, mes bras, ma tête, mes oreilles, chaque centimètre de ma peau et de mon corps étaient complètement anesthésiés. Je pouvais me donner des claques, me pincer, tousser vraiment fort, j'avais l'impression de pouvoir respirer si fort que je m'en éclaterai les poumons, pareillement pour le reste de mes muscles/ de mon corps. Tous mon corps était totalement indolore et n'avait 0 ressenti. J'ai une toux qui ne s'arrête pas depuis que je suis malade, et qui entre autres embraye ma gorge. En situation normale, je le sens quand c'est le cas, et je tousse

pour la libérer. À ce moment je ne sentais rien. J'avais l'impression de pouvoir pousser mes muscles plus qu'ils n'étaient censés pouvoir l'être, sans jamais rien ressentir. J'étais continuellement persuadé d'être en train de mourir, ou du moins d'avoir quelque chose de très grave. J'oubliais également énormément de respirer, et me le rappelais quand je me sentais planer un peu trop fort. Je n'étais vraiment pas plus défoncé que ça, juste complètement anesthésié et en panique. Ça peut sembler plutôt cool en vrai, de ne rien ressentir, et je n'aurais pas eu tout ces problèmes depuis 1 mois, je l'aurais probablement pris plutôt bien, du moins avec humour.. mais là j'en ai eu vraiment peur. Était-ce un Bad Trip ? Il m'est déjà arrivé d'en faire un, en décembre 2023 mais il n'avait rien à voir, j'étais juste complètement KO et je voyais tout noir alors que j'avais les yeux ouverts, il n'avait pas duré très longtemps, contrairement à celui ci qui a duré au moins 3h, jusqu'à ce que je m'endorme. Après être sorti, j'ai compris que ce n'était pas la solution et suis donc rentré, ai bu de l'eau, pris une douche chaude qui a semblé raviver un peu mes muscles avant d'aller me coucher avec youtube, devant lequel j'ai passé au moins 1h avant de m'endormir. En me réveillant ce matin j'allais un peu mieux, bien que je me sente toujours anesthésié de l'intérieur. (Je ne sens entre autre presque plus depuis quelques temps (semaines) quand j'ai besoin d'aller au toilettes, quelque côté que ce soit.) Je ne comprends pas ce qu'il m'arrive et m'inquiète de plus en plus pour ma santé, cela fait un mois que je réduis vraiment ma consommation de fumette à quelques tafs par jour max, que je ne bois presque plus sauf occasions, et depuis les derniers tazs je n'ai pas touché à une seule drogue dure. Le seul moment où je me sens un poil mieux sont les 10 minutes après mon réveil, et après ça le cauchemar reprends. Je pense que je vais vraiment arrêter de fumer, même quelques barres, pour quelques semaines et voir ce que ça donne, mais j'ai peur. Ma médecin m'a prescrit des vitamines et choses comme ça (zinc, vit C, cuivre/or/argent). J'avais également une hygiène de vie générale vraiment mauvaise, surtout l'alimentation.. J'essaye de reprendre un mode de vie sain mais pour l'instant rien n'y fait (sport, 3 repas équilibrés par jour(+ de légumes fruits etc car je n'en mangeais pas ou quasiment pas), sortir +, prendre le soleil, etc etc, j'essaye aussi de ne pas y penser mais rien n'y fait. Il y a eu des cas de cancer un peu partout dans ma famille, dont ma mère avec un cancer de la thyroïde.. Si vous avez n'importe quel type d'informations je suis preneur :) Merci d'avoir lu et désolé pour le pavé.

Mise en ligne le 27/06/2024

Bonjour,

Au regard de votre situation, l’information principale que nous puissions vous donner est qu’il semblerait préférable de cesser totalement de consommer si cela vous est possible. Cela irait dans le sens des efforts que vous avez entrepris en reprenant un mode de vie « sain » concernant votre alimentation notamment. Si les résultats escomptés ne peuvent se faire sentir tout de suite, ce n’est pas peine perdue de les poursuivre. Il faut un certain temps à l’organisme comme au psychisme pour trouver à se rétablir après avoir été « malmené ».

Depuis votre message précédent il semble que vous ayez pris contact avec votre médecin traitant et qu’elle vous ait conseillé et prescrit vitamines et minéraux. Cela aussi devrait contribuer en partie à votre rétablissement sans peut-être être complètement suffisant.

Comme nous vous le suggérions précédemment et dans la mesure où vous dites appréhender le sevrage et vous inquiéter pour votre santé, il nous semblerait opportun que vous preniez contact également avec une consultation jeunes consommateurs (CJC). Vous y trouverez des professionnels attentifs à vos difficultés,

pouvant vous conseiller et vous soutenir. N’ayant pas d’indication sur votre lieu de résidence nous ne pouvons vous transmettre de coordonnées. De ce fait nous vous renvoyons le lien qui présente les CJC et qui vous permettra de trouver une adresse proche de chez vous. Nous vous rappelons que les consultations dans ces dispositifs sont individuelles, confidentielles et gratuites.

N’hésitez pas à revenir vers nous si besoin bien évidemment, nos écoutant(e)s sont à votre entière disposition. Vous pouvez nous joindre pour échanger plus directement au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit, 7/7 de 8h à 2h du matin) ainsi que par Chat individuel (de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le samedi et le dimanche).

Avec tous nos encouragements dans la poursuite de vos efforts et souhaits de prompt rétablissement.

Bien à vous.

En savoir plus :

- "Les consultations jeunes consommateurs"