© Drogues Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

Après bad trip

Par Dusty17 Postée le 23/01/2025 19:13

> Bien le Bonjour J'ai fumé samedi soir (pour la première fois) Et j'ai refumé lundi soir et depuis (on est jeudi soir) je me sent comme déconnecter et comme dans du coton. Mentalement ça va mais physiquement que ce soit au niveau du toucher ou du ressentit ce n'est pas habituelle comme lundi soir quand j'ai fumé. Je ne sais pas si j'ai fait un bad trip j'ai eu 2 3 minutes un peut dur. Voilà je voulais savoir combien de temps ça durait et ci il y avait des choses à faire pour accélérer la disparition de ces effets. Bonne soirée

---

Mise en ligne le 24/01/2025

Bonjour,

Nous comprenons bien vos inquiétudes et allons tenter de vous aider au mieux à traverser cette période.

Après une consommation de cannabis, que ce soit une première consommation ou une habitude plus régulière, il peut arriver de ressentir des effets gênants et indésirables. Le cannabis a des effets psychoactifs, il fait partie de la catégorie des "perturbateurs" et peut donc être à l'origine de différents symptômes généralement passagers.

Lors d'un bad trip, on ressent généralement beaucoup d'anxiété et un grand malaise physique et/ou psychologique. La crainte de mourir ou de devenir fou est souvent caractéristique. L'anxiété peut rester présente dans les jours qui suivent le bad trip. Il est difficile d'affirmer qu'il s'agisse d'un bad trip dans votre cas mais dans tous les cas, il est tout à fait probable que vos symptômes disparaissent progressivement en quelques jours.

Nous vous recommandons de bien vous reposer, de privilégier des activités calmes et plaisantes dans des climats sécurisants.

Si vous souhaitez échanger directement avec un écoutant de notre service, vous pouvez nous contacter par téléphone ou par tchat. Nous répondons au 0 800 23 13 13, tous les jours de 08h à 02h. Les appels sont anonymes et gratuits. Le tchat est accessible du lundi au vendredi de 14h à 00h et le week-end de 14h à 20h.

Nous espérons avoir pu vous rassurer et vous souhaitons bon courage et bonne journée,

Bien à vous,