© Drogues Info Service - 1 juin 2025

Témoignages de consommateurs

Déréalisation dépersonnalisation

Par Louliu42 Posté le 11/03/2025 à 05:00

Bonjour apres avoir fumé un joint en 2013 je me suis réveiller avec la fameuse dp dr , cela ma durée 3 ans je men suis totalement sorti sans médicaments ni thérapie, l'erreur a ne pas faire parcourir des forums avec des gens qui prétendent etre bloqué depuis 20 ans , sur les forums vous trouverez que les cas psychiatrique et désespèré , les gens qui récupèrent ne reviennent pas témoigner, c'est pour cela sue j'ai pris le temps de deposer ce témoignage.Le remède c'est de ne plus y penser et de vivre normalement pour que le cerveau comprenne qu'il ny a plus de menaces (se questionner toute la journée provoque angoisse et sentiments de condamnation ce qui ré enclenche la dp dr) Evitez aussi les questionnement au réveil : est ce que je suis toujours comme saEt un beau jour vous allez vous rendre compte que vous navez plus rien sans prévenir Bonne guerison a tous