© Drogues Info Service - 30 juin 2025

Vos questions / nos réponses

pourquoi j’ai les effets de la mdma sans en avoir pris

Par jbasvp Postée le 13/05/2025 08:25

> bonjour, je me permets de vous écrire car j’aurais consommé pour la première fois de la mdma il y a 2 mois et j'ai fais un gros bad trip au début de la crise et depuis peu il m’arrive de ressentir d’un coup les effets de la mdma sans en avoir repris depuis, donc la gorge qui se serre, la coeur qui se contracte etc mais je ne comprends pas pourquoi ça arrive alors que j’en ai pas repris depuis, ça peut arriver en pleine journée, ou même le soir.. ça m’inquiète énormément, j’essaye de contrôler la crise et me dire que je n’ai rien dans le corps mais c’est quand meme compliqué et ça me fais très peur.. est ce normal ? que dois-je faire ? est ce que je dois me faire suivre ? aller voir un médecin ? est ce que ca va partir ou je peux en avoir cette sensation toute ma vie ? merci beaucoup à la personne qui prendra le temps de me répondre :) prenez soin de vous

---

Mise en ligne le 15/05/2025

Bonjour,

Après une prise de MDMA certains consommateurs disent ressentir même plusieurs mois après des "Flash Back", c'est à dire des retours passagers des effets du produit. Nous n'avons pas connaissance d'élements scientifiquement validés qui acréditent cette hypothèse. Cependant, la sentation qui est bien réelle, est désagréable et nous comprenons que cela vous inquiète.

Vous pouvez être rassuré sur le fait que ces sensations sont passageres et finissent par disparaitre.

Si vous souhaitez en parler avec un professionnel pour avoir plus d'informations, vous pouvez aller gratuitement dans un Consultation Jeunes Consommateurs (CJC). Ces consultations sont destinées au moins de 25 ans qui se posent des questions sur la consommation, ses effets, etc. Par rapport à la ville de résidence que vous nous avez indiquée, nous vous joignons les coordonées de plusieurs CJC.

Les effets que vous décrivez peuvent faire penser à des symptômes d'anxiété. Cela peut-être dû au stress, à des évènements que vous vivez en ce moment, à l'environnement. Il est donc important de prendre en compte tous ces paramètres.

Dans tous les cas, 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 non surtaxés. 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 une bonne journée,

Bien cordialement,

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes

---

Association Addictions France - Centre d'Addictologie

1-3 Impasse de la Blanchisserie
51100 REIMS

Tél : 03 26 88 30 88
Site web : addictions-france.org
Secrétariat : Sur rendez-vous. Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et lundi, mardi et jeudi de 13h15 à 18h, mercredi de 13h15 à 17h, vendredi de 13h15 à 16h45.
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous. Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et lundi, mardi et jeudi de 13h15 à 18h, mercredi de 13h15 à 17h, vendredi de 13h15 à 16h45.

Voir la fiche détaillée