© Drogues Info Service - 5 octobre 2026

Vos questions / nos réponses

Descente de méthamphétamine

Par Atenos Postée le 31/05/2025 21:44

> Bonjour, J'ai essayé la méthamphétamine pour la première fois. J'ai pris 80 mg par voie orale dans une capsule le matin, pensant pouvoir dormir le soir. Cependant, 14 heures plus tard, j'ai commencé à sentir les effets plaisant disparaître et je me sentais vraiment mal. - Les deux premiers jours, j'ai eu des hallucinations : je voyais des gens partout, j'avais des difficultés à respirer, les mains et les pieds engourdis, et parfois je pouvais à peine bouger les doigts. - Mon cœur battait beaucoup trop vite et de manière irrégulière (90-140 bpm), alors qu'il oscille habituellement entre (55-65). Cela a duré quatre jours avec des douleurs, puis il a progressivement diminué, pour revenir à la normale au bout d'une semaine. - Je n'ai pas pu dormir pendant trois jours malgré une grande fatigue. J'ai finalement réussi à dormir avec du Xanax. - J'ai à peine pu manger pendant cinq jours. - Une anxiété extrême qui a duré une semaine (calmée par le Xanax). Il m'a fallu deux semaines pour me rétablir complètement. J'avais entendu dire que la descente sous méthamphétamine n'était pas agréable, mais je ne pensais pas que ce soit autant un enfer. En ai-je trop pris ? ou est-ce les effets habituels ?

Mise en ligne le 02/06/2025

Bonjour,

Nous comprenons que votre expérimentation de la méthamphétamine s'est avérée pénible.

Il s'agit d'un produit qui est connu pour couramment provoquer des "descentes" particulièrement difficiles. Les effets recherchés sont rapidement suivis par une phase d'abattement qui se manifeste par une humeur triste voire dépressive, avec une sensation de "tête vide", d'incapacité physique et psychique.

La descente est également marquée par des troubles importants du sommeil. Bien que fatigué, le consommateur est agité et en difficulté à trouver le sommeil. Il est possible de se sentir épuisé, anxieux, irritable et parfois agressif. La descente est redoutée par les consommateurs car elle peut durer plusieurs jours.

La consommation à dose élevée peut provoquer une augmentation et des troubles du rythme cardiaque tels que palpitation et tachycardie. L’usage ponctuel peut engendrer des crises d'angoisse et de l'anxiété, l'usage répété des hallucinations.

Nous vous joignons en bas de réponse notre fiche-produit sur la méthamphétamine qui vous donnera de manière plus complète les informations sur les risques possibles lors de la consommation de ce produit.

Les symptômes que vous nous avez cités sont de fait assez courants dans la phase de descentes. Néanmoins si des troubles persistaient il vous est possible de faire le point avec un médecin addictologue dans des structures nommées Centres de Soin d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Les consultations individuelles sont proposées dans un cadre confidentiel et gratuit. Vous trouverez en bas de réponse un lien "adresses utiles" si vous ressentez le besoin de vous tourner vers un CSAPA près de chez vous.

Si vous souhaitez une orientation affinée ou échanger davantage sur votre situation, vous pouvez contacter un de nos écoutants. Nous sommes accessibles 7J/7J, par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) de 8H à 2H du matin ou par le Chat de notre site Drogues Info Service du lundi au vendredi de 14H à minuit et le samedi et le dimanche de 14H à 20H.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service
- Fiche produit sur la méthamphétamine