

Vos questions / nos réponses

# Le lsd

Par [Lysa](#) Postée le 05/06/2025 10:30

Salut j'ai essayé plusieurs fois le lsd mais à chaque fois je trip mal la première fois je suis tomber dans un boucle pendant 5 minute après tout est redevenue normal j'avais re le visuel normal du lsd la 2eme fois sa c très mal passer j'entendais plus rien tout tourner en boucle et beuger autour de moi j'ai griffer le visage de mon copain par panique et sa a durer presque 1h de panique et la dernière fois j'ai pris une perche par quelqu'un et cetais horrible plus aucun visuel juste des boucle et le visage des gens qui beug et j'entends des vois et aucune de mais connaissance n'a jamais vécu sa sous lsd j'aimerais être rassurer et savoir que sa n'est pas que arriver a moi et depuis je fait que stresser et penser a sa chaque truc que je voit j'ai l'impression d'être encore sous lsd et je tresse tout le temps meme si cetais ya 2 semaine et jsp comment ne plus penser a sa des conseil ?

---

## Mise en ligne le 11/06/2025

Bonjour,

Les réactions au LSD sont variables et imprévisibles. Cela peut aller de l'extase à la terreur sans aucune transition, même lors d'une seule prise. D'autre part, les usagers qui ont eu une expérience positive la première fois peuvent très bien avoir une expérience ultérieure négative.

Le premier risque lié à l'usage de LSD est le bad trip. Le bad trip va plus facilement arriver lorsque la personne est déjà anxieuse, a des tendances dépressives. Il peut survenir aussi lorsque l'utilisateur est dans un état de fatigue, de stress ou quand le contexte n'est pas favorable, par exemple si vous ne vous sentez pas en confiance et en sécurité avec les personnes qui vous accompagnent ou si vous ressentez de l'appréhension face à cette consommation que l'on vous propose. Si vous consommez de l'alcool simultanément à vos prises, sachez que cela potentialise les effets du LSD, cela induit une plus grande difficulté à gérer les effets hallucinatoires du produit.

Le bad trip est un phénomène traumatisant pour le cerveau car il peut générer de l'angoisse voire de grandes frayeurs. Comme le cerveau se sent submergé par cet afflux d'informations difficiles à traiter et inhabituelles, il est dans l'impossibilité de reprendre le contrôle sur ce qui se passe et il se met en "hypervigilance". Depuis cette expérience, vous avez l'impression d'être encore sous effet du produit, vous ne pensez qu'à cela et cela vous met dans un état de stress permanent qui fait que vous nous demandez de l'aide.

Cette expérience traumatisante a pu, non seulement mettre votre système nerveux en alerte mais aussi, elle vous a épuisé. Le bad trip est un épisode particulièrement éprouvant et fatiguant. Il faut parfois plusieurs jours ou semaines pour que l'organisme s'en remette et se rééquilibre.

Aujourd'hui, votre organisme a éliminé le LSD, il ne vous reste que la mémoire de cet expérience désagréable. Dans cette période délicate nous vous invitons à prendre soin de vous et à vous focaliser sur des activités que vous aimez, qui vous font plaisir. Il est important aussi de retrouver un rythme de vie régulier avec un sommeil suffisant, une alimentation saine et équilibrée et bien sur de ne pas reconsommer de produits psychotropes.

Si votre stress et votre impression d'être sous effet du produit persiste, vous pouvez être soutenue et aidée dans des CSAPA (Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Vous y serez reçue sur rendez-vous, de manière confidentielle et gratuite. Toute une équipe pluridisciplinaire formée en addictologie (médecins, infirmiers, psychologues...) vous accueillera de manière bienveillante et non jugeante pour de l'écoute, des conseils et du soutien en rapport avec la situation que vous vivez. Comme vous avez 18 ans, vous bénéficierez d'une Consultation Jeunes Consommateurs (CJC) destinées aux jeunes jusqu'à 25 ans. Il vous suffira de mentionner votre âge lors de la prise de rendez-vous.

Vous trouverez ci-après une adresse de CSAPA dans votre ville. N'hésitez pas à prendre contact pour des renseignements et/ou un rendez-vous.

Pour votre information, nous vous glissons également notre fiche "LSD" en bas de cette réponse.

N'hésitez pas à revenir vers nous pour de l'écoute ou du soutien, nos écoutants sont accessibles par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit), tous les jours de 8h à 2 h du matin ou par chat depuis notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le weekend.

Bien cordialement,

---

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

---

**[Filière de Soins en Addictologie du Centre Hospitalier Nord Deux-Sèvres](#)**

2 rue du Docteur André COLAS  
Centre Hospitalier Général Nord Deux-Sèvres  
**79100 THOUARS**

**Tél : 05 49 68 31 03**

**Site web : [chnds.fr/Addictologie/5/13/1](http://chnds.fr/Addictologie/5/13/1)**

**Secrétariat : du lundi au vendredi de 9h à 17h**

**Autre :** Pour contacter le Service hospitalisation : 05 49 68 30 37, l'équipe de liaison et de soins en addictologie : 05 49 68 32 37 et [equipe.elsa@chnds.fr](mailto:equipe.elsa@chnds.fr)

[Voir la fiche détaillée](#)

**En savoir plus :**

- [Fiche sur le LSD](#)