© Drogues Info Service - 28 septembre 2026

Le dico des drogues

Ecstasy / MDMA

Le principe actif de l’ecstasy est la MDMA (méthylènedioxyméthamphétamine), molécule de la famille des amphétamines.

A l’état brut l’ecstasy ressemble à des cristaux de couleur blanche mais il peut se présenter sous plusieurs formes :

- en **comprimés** de couleur incrustés d’un petit motif ou frappés d’un logo. Ils sont de formes variées (rond, losange, carré….).
- en **poudre** blanche et cristalline
- en **gélule** : la poudre est contenue dans une capsule de gélatine
- en **cristaux** : c’est la forme la plus récente, les cristaux sont translucides de différentes couleurs. Ils peuvent être épais de plusieurs millimètres.

Le produit contient des doses variables de principe actif, de quelques milligrammes à plus de 200 mg de MDMA. Il arrive aussi qu’il ne contienne pas de MDMA mais d’autres substances actives qui peuvent être des médicaments ou des drogues de synthèse.

Appellations : Ecsta, E (prononcé à l’anglo-saxonne « i »), Ex, X et XTC, Molly, MD.

Attention, ne pas confondre ecstasy et « liquid ecstasy », appellation donnée parfois au G.H.B.

Interdit

STATUT LEGAL

L’ecstasy est une drogue classée parmi les stupéfiants.
L’usage est interdit : l’article L3421-1 du Code de la Santé Publique prévoit des amendes (jusqu’à 3 750€) et des peines de prison (jusqu’ à 1 an).

L’incitation à l’usage et au trafic et la présentation du produit sous un jour favorable sont interdites : l’article L3421-4 du Code de la Santé Publique prévoit des amendes (jusqu’à 75000€) et des peines de prison (jusqu’à 5 ans).
Les actes de trafic sont interdits : les articles 222-34 à 222-43 du Code Pénal prévoient des amendes (jusqu’à 7 500 000 €) s’accompagnant de peines de prison (jusqu’à 30 ans de réclusion criminelle).

Pour en savoir plus, lire notre dossier sur "La loi et les drogues".

DEPISTAGE

L’ecstasy est détectable :

- jusqu'à 12 heures dans la salive
- jusqu'à 72 heures dans les urines
- jusqu'à 8 heures dans le sang

Attention : le dépistage urinaire ou salivaire de la MDMA est celui d’une large famille de substances. Il existe donc de nombreuses possibilités de faux positifs (suite à une prise de médicament par exemple).

Pour en savoir plus sur le dépistage, lire notre dossier sur "Le dépistage des drogues".

MODES DE CONSOMMATION

- **Sous forme de gélule ou de comprimé**, l’ecstasy s’avale. Les usagers emploient souvent l’expression « **gober** ».
- Sous forme de poudre, l’ecstasy **se sniffe**. Les comprimés et les cristaux peuvent aussi être écrasés avant d’être sniffés.
- **La poudre et les cristaux** peuvent être **pris en "parachute"** : ils sont enroulés dans du papier à rouler puis ingérés.
- **La poudre** peut aussi être déposée sur du papier aluminium, **chauffée par en-dessous et la vapeur est ensuite inhalée**. Ce mode de consommation s’appelle la **"chasse au dragon".**
- Enfin, plus rarement la poudre peut être diluée puis injectée.

EFFETS RECHERCHES

L’intensité des effets varie selon chaque personne, le contexte dans lequel elle consomme, la quantité consommée et la concentration du produit en MDMA.

L’ecstasy est, en premier lieu, un stimulant qui produit un effet énergisant et diminue les sensations de fatigue. Il suscite un sentiment de calme, d’empathie donnant l’impression aux usagers de pouvoir communiquer facilement avec autrui, surtout selon un mode non verbal (de nombreux usagers ressentent une exacerbation des sensations tactiles). A cela s’ajoute un bien-être corporel, c’est ce que l’on appelle l’effet entactogène.

Durée des effets : Les effets apparaissent entre 20 minutes et 1h30 après la prise, et durent entre 3 et 6 heures. S’ensuit une phase de descente qui dure une à deux heures, mais des effets indésirables peuvent être ressentis pendant 3 à 4 jours.

EFFETS SECONDAIRES

Certains effets secondaires sont systématiques

- augmentation de la fréquence cardiaque et de la tension artérielle accompagnée de palpitations,
- bouffées de chaleur et forte transpiration.

D'autres effets peuvent aussi survenir

- bouche sèche,
- tensions ou douleurs musculaires, en particulier dans la mâchoire,
- maux de tête,
- dilatation des pupilles, vision brouillée, tendance à loucher,
- rétention urinaire ou, au contraire, besoin d'uriner,
- nausées et vomissements,
- vertiges, perte d'équilibre.

RISQUES ET COMPLICATIONS

Quelle que soit la fréquence de consommation, même lors d'une première prise

- L'ecstasy peut provoquer une forte élévation de la température du corps (hyperthermie) accompagnée de déshydratation. Liées à une activité intense, ces symptômes peuvent entraîner une insuffisance rénale et même, dans de rares cas, être mortels.
- La MDMA peut être toxique pour le foie et déclencher une hépatite aiguë, immédiatement après la consommation ou dans les quinze jours qui suivent.
- Activité continue, non cordonnée et anormale des ventricules du cœur pouvant entraîner l'arrêt cardiaque (fibrillation ventriculaire).
- Troubles du comportement pouvant survenir pendant, immédiatement après ou, plus rarement, plusieurs jours après la consommation sous la forme de crise de panique ou de paranoïa, de phases de dépression et d'anxiété renforcées par une fatigue intense.

Usage régulier et risques à long terme

- Troubles de la mémoire et de la concentration.
- Troubles du sommeil (insomnie).

Attention ! L'interaction entre l'ecstasy et le Ritonavir® (médicament prescrit dans le traitement de l'infection du VIH) peut multiplier la concentration des deux substances par deux ou trois et exposer l'usager à un surdosage potentiellement mortel.

Risques de surdosage. Nausées et vomissements associés à des vertiges et d'importants maux de tête sont les signes d'un surdosage qui peut entraîner des troubles cardiaques, un coma voire le décès.

DEPENDANCE

L'usage régulier d'ecstasy nécessite d'augmenter les doses pour obtenir les mêmes effets stimulants. Il peut aussi provoquer, à l'arrêt de la consommation, un état d'épuisement et de dépression accompagné d'anxiété qui peut durer de quelques jours à quelques semaines et être difficile à vivre voire représenter un véritable obstacle vers l'arrêt. Dans ce cas, une aide extérieure peut être nécessaire pour y parvenir. Consulter la rubrique Adresses utiles

GROSSESSE

Il est fortement déconseillé de consommer de la MDMA durant la grossesse.

Les femmes enceintes qui consomment de l'ecstasy sont souvent polyconsommatrices, ce qui rend difficile l'évaluation des risques propres à ce produit.

L'effet vasoconstricteur de la MDMA nuit aux échanges entre la mère et le fœtus pouvant entraîner un retard de croissance intra-utérine. Les enfants exposés aux stimulants naissent plus souvent avant terme.

Si vous êtes enceinte et en difficulté avec votre consommation de MDMA, n'hésitez pas à prendre contact avec une équipe spécialisée. Lire notre article *Je suis enceinte et je ne parviens pas à arrêter de consommer*.

CONSEILS DE REDUCTION DES RISQUES

Toute consommation expose à des risques. Il est toujours préférable de s'abstenir, en tout cas de reporter la consommation quand on se sent fatigué, stressé, mal ou qu'on éprouve de l'appréhension. Il est également préférable de consommer avec des gens de confiance, dans un contexte rassurant.

- Attention aux doses (surtout les premières fois) : attendre de connaître les effets sur soi avant de chercher à consommer plus ou plus souvent, par exemple ne prendre qu'une moitié de comprimé, en tout cas ne pas prendre plusieurs comprimés à la suite .
- Ne pas mélanger plusieurs produits ensemble, en ce qui concerne l'ecstasy éviter en particulier l'alcool et les médicaments du type antidépresseurs et benzodiazépines.
- Pour éviter l'hyperthermie et la déshydratation, il est conseillé de boire régulièrement de l'eau en quantité raisonnable, de porter des vêtements amples qui permettent une bonne ventilation du corps.
- Prévoir la possibilité de se reposer les jours suivants une prise d'ecstasy.
- Limiter la fréquence de la consommation
- Éviter de conduire un véhicule ou d'entreprendre une activité « à risques » sous l'effet de l'ecstasy