

Vos questions / nos réponses

Mdma différents trip questionnement

Par [Yans](#) Postée le 19/04/2026 18:25

Bonsoir , L été dernier j ai consommé énormément de md et taz , j ai eu des experiences assez traumatisantes et honnêtement j aimerais avoir une réponses et j ai envie de partagé les différentes choses que j ai pu vivre avec 3 trip en particuliers qui m ont vraiment marqué : Un soir avec un ami , nous avons pris un para chacun de 0,40g de md , puis 2-3h après un autre de la même dose , ce soir la , personnellement j entendais des voix de personnes que je connaissais mais qui n etait pas du tout la , et je leur répondait , je voyais des gens dans le noir qui n etait pas du tout la , au final nous avons pris le bus d aggro avec mon ami aux alentours de 10h , c'était déjà bien redescendu mais j entendais toujours des voix de personnes que je connaissais mais je n'y prêtait plus attention tellement c'était dure mentalement , je suis rentré chez moi vers 13h30 au final avec le bus , sa arrive fréquemment cela ? , le lendemain en redescente vers 18h , en sachant que je suis allé dormir à 14h , je me suis levé pour aller uriner , et je galérez vraiment , et quand j ai réussi à uriner , je sais pas pourquoi mais j ai cru que j allais tombé au sol , j ai commencé à voir flou et j ai direct ouvert la porte de la salle de bain au cas où je tombais dans les pommes (première fois que sa m arrivait dans toute ma vie) Une autre fois , je prodez seul chez moi , j'étais déjà à mon deuxième taz quand mon amis est arrivé à 2h du matin , donc on a prodez ensemble , j ai pris deux autre taz en environ 3h , nous étions dans des toilettes publics car il faisait froid à ce moment là , et je ne sais pas pourquoi , d'un coup comme sa je voyais vert , tous c qu'il y avait autour de moi , même mon ami était vert , et quand je regardais sur la caméra de mon téléphone , rien n était vert , j ai jamais vécu un truc aussi perturbant de ma vie , au final j allais aller chez mes parents pour prendre un cinquième taz , mais sur le chemin de la où on était posé , j ai croisé ma soeur à 7h00 du matin dans mon quartier cqui est improbable... , je pense qu elle m'a bien sauvé car elle m a fait culpabilisé de cque je faisais , même elle consomme différentes drogues de temps en temps mais quel honte qu elle me voye dans un état comme sa et j avais extrêmement peur qu elle le dise à ma mère , elle m a vu , elle a dit « t sous taz » , j ai dis non et elle est parti , elle le savait très bien que j étais sous taz , au final j ai pas pris ce cinquième taz , même sous taz j ai bien réfléchi à cque je faisais et j ai stoppé cette soirée qui aurait pu mal se finir Et une de mes dernières prises qui m a assez trauma , avec mon pote , on était chez lui , on a pris 1,5 taz d un coup , donc voilà on est content et tous , des taz quoi , mais après 2-3h apres on décide de prendre 2 taz d un coup , je sais pas pourquoi , 30 minutes après les avoir pris , je crash , j arrive pas du tout à expliqué cque j ai eu ce soir là mais c était très spéciale , genre jsp j etais comme vide , j'me suis repris 20 secondes après mais j ai eu peur , 1h30 après sa , début de la redescente , mon ami vomi , d un coup comme sa , c arrivé comme sa , il est allait vers la poubelle , mais après avoir vomi , il n arrivait plus a reprendre sa respiration , j'me suis levé d un coup je lui ai dit de prendre doucement sa respiration , j avais mon bigo dans la main et j etais sa deux doigt d appeler le samu , au final il a repris sa respiration , mais je sais pas j ai eu une dose de stress si intenses que j avais littéralement l impression que le taz était remonté , on est allait dormir , lui c endormi assez rapidement mais moi pas du tout , je stressais énormément sur le fait de mourir , j entendais mon cœur battre dans tous mon cœur j avais une pression dans la poitrine énorme , je me suis gratté le torse jusqu'à être tous rouge tellement ct horrible , au

final je suis alle dormir avec l Idée que au pire des cas si je mourrais c était de ma faute , mais je me suis bien réveillé et c était vraiment une de mes pires redescence après la nuit qu on avait passé en plus , j ai pris qu une moitié de taz après cela et la sa fait 3 mois bientôt que j en ai pas pris :) , c pas si compliqué en plus d arrêter je sais même pas pourquoi j ai autant prod cet été Je sais que c long pour répondre à tous cela mais j veux bien des réponses si vous en avez , car vraiment j y penses tous le temps même trois mois après , à ses trois trip en particulier , et peut être que des réponses m aideront à surmontez cela , bonne soirée et merci

Mise en ligne le 22/04/2026

Bonjour,

Nous sommes sensibles à ce que vous avez traversé. Les bad-trip constituent des expériences pénibles voire traumatisantes.

En cas de consommation importante, la MDMA peut entraîner des distorsions sensorielles ou des hallucinations. Cela expliquerait l'épisode où vous voyiez tout en vert, ou celui où vous entendiez des voix. Cela peut arriver, même si cela reste peu fréquent.

Les doses de MDMA que vous avez prises étaient élevées. Cela augmente les risques de ressentir des effets indésirables, voire de faire des bad-trip. La peur de mourir, la sensation d'étouffement, le coeur qui sort de la poitrine, les idées morbides... Tout cela est caractéristique d'une crise d'angoisse liée à un bad-trip.

Le fait d'être toujours perturbé par ces expériences est compréhensible. Votre organisme a été profondément bouleversé. Il est possible d'en parler à des professionnels afin d'être aidé à clore ces chapitres.

Il existe des espaces dédiés aux jeunes et à leurs consommations. Il s'agit de Consultations Jeunes Consommateurs, qui accueillent de manière gratuite et confidentielle. N'hésitez pas à vous rapprocher d'une CJC pour faire le point sur l'impact de ces expériences sur vous. Nous ajoutons les coordonnées des CJC du Cantal en bas de page.

Nous glissons également l'article du Dico des Drogues consacré à la MDMA, où vous pourrez retrouver des conseils de réduction des risques.

Nous vous envoyons tous nos encouragements pour la suite.

Bien cordialement.

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

[APT 15 Oppelia - CSAPA - CAARUD](#)

55 rue de l'Egalité
15000 AURILLAC

Tél : 04 71 63 82 50

Site web : www.oppelia.fr/structure/apt/

Accueil du public : Sur rendez-vous. Lundi, mardi, mercredi et vendredi de 10h à 13h et de 14h à 17h30, jeudi de 11h à 13h et de 14h à 17h30.

Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous. Lundi, mardi, mercredi et vendredi de 10h à 13h et de 14h à 17h30, jeudi de 11h à 13h et de 14h à 17h30.

Substitution : Délivrance des traitements de substitution du lundi au vendredi, de 11h à 13h.

[Voir la fiche détaillée](#)

[Association Addictions France - CSAPA d'Aurillac](#)

44 rue Paul Doumer
15000 AURILLAC

Tél : 04 71 48 70 28

Site web : addictions-france.org

Accueil du public : Lundi 9h-12h et 13h30-17h30, mardi et mercredi 9h-12h30 et 13h30-19h, jeudi 9h-12h30 et 13h30-18h et vendredi 9h-12h.

Consultat° jeunes consommateurs : Accueil le mercredi 9h-12h30 et 13h30-19h, sur rendez-vous, assuré par une éducatrice spécialisée et une psychologue// 06 84 57 71 08 cjc.aurillac@addictions-france.org

[Voir la fiche détaillée](#)

[Association Addictions France - Antenne de Mauriac](#)

14 rue de la République
15200 MAURIAC

Tél : 04 71 67 46 50

Site web : addictions-france.org

Secrétariat : Mardi 14h-17h, mercredi 9h-12h30 et 13h30-18h30, jeudi 9h-12h30 et 13h-19h, vendredi 9h-12h.

Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez-vous. Assurée par une psychologue.

[Voir la fiche détaillée](#)

[Association Addictions France - Antenne CSAPA de Saint-Flour](#)

3, avenue du Lioran
15100 SAINT FLOUR

Tél : 04 71 60 16 85

Site web : addictions-france.org

Secrétariat : Accueil sur rendez-vous. Le mardi de 9 h à 12h et de 13h30 à 17h, le mercredi de 9h à 12h et de 14h à 18h, le jeudi de 9h à 12h et de 13h30 à 19h, le vendredi de 9h à 12h.

Consultat° jeunes consommateurs : Accueil assuré par une infirmière, une psychologue et un travailleur social le mercredi de 13h à 18h.

[Voir la fiche détaillée](#)

En savoir plus :

- [Fiche sur l'ecstasy \(MDMA\)](#)