

Vos questions / nos réponses

## crise d'angoisse

Par [Profil supprimé](#) Postée le 14/11/2014 00:51

J'ai 19 ans, je fume du cannabis depuis l'âge de 17 ans et demis (que le soir, rarement la journée). Au moi de septembre 2014 je fais les vendange et comme tout les soire je fume mon petit joint mes j'etais fort fatiguer avec la journée qui ses dérouller, j'ai ete me coucher aussitot après avoir fini de fumer, et la jai commencer a sentir mon coeur qui s'emballait quand je vouller mendormire donc je me reveiller avec sursaut, donc j'ai angoissé car j'ai eu peur j'ai eu des nosée j'avais froit et je trembler et j'avais mal derrier la tete ducou je me suis lever j'i été boir un coup et je me suis assise dehors javais l'impression d'être bourer pourtant je ne consome pas d'alcool, les journée passe la fin des vandanges et arrivée. 2 semaines plus tard on été invité un anniversaire entre amies tout se passer bien j'ai fumer mes pas bu d'alccol et d'un coup j'etais assisse sur une chaise et je me suis mise a pensé dans ma tête ( on va voir si je refais la même chose qu'au vendange, j'espere que sa va pas me faire pareille que la bas) et dun coup ma machoire ses crispé et la j'ai paniqué a mort j'i eu une monté dadrenalide qui fait qu j'avait envie de tout pété dans la maison, j'aai ete au urgence prise de sang complete RAS le lundi matin j'ai ete voir le medecin il ma ddit que c'etais une crise de spasmophilie donc magnésium Alprazolaan en qua de crise j'ai été chez un neurologue qui ma ddit que c'etit des céphalée , mis depuis 2 semaines environ j'ai peur jai peur de devenir folle, j'ai peur de finir skizophrene je me suis mis sa dans la tête a cause d'internet, alors sil vou plait eceque ses possible que j'ai fait des crise d'angoisse a cause du cannabis ? quand eceque je vais allez mieux ? sa fait depuis le 27 septembre que j'en consomme plus et j'ai toujours de drole de syptome aidez moi jai besoin detre rassuré

---

**Mise en ligne le 14/11/2014**

Bonjour,

Ce que vous décrivez pourrait s'apparenter à une crise d'angoisse ou "bad trip". Ce type de malaise peut arriver quelles que soient vos habitudes de consommations et est souvent en lien avec votre état général au moment où vous consommez. Le fait de reconsommer peut "réactiver" cet état. C'est vraisemblablement ce qui s'est produit lorsque vous avez refumé lors de l'anniversaire dont vous parlez. En ajoutant à cela votre propre inquiétude de refaire une crise d'angoisse ..

Quoi qu'il en soit, un bad trip est souvent une conjonction de plusieurs facteurs. Rassurez vous, cela est passager. C'est une bonne chose que vous ayez stoppé vos consommations et il est possible que les symptômes que vous ressentez encore soient liés à votre forte angoisse. Aussi, nous vous conseillons de

prendre RDV chez un médecin ou dans une Consultation pour Jeunes Consommateurs (CJC). La prise en charge y est confidentielle et gratuite et nous vous indiquons une adresse en bas de message. Cela vous permettrait d'être totalement rassurée sur votre état.

Vous avez aussi la possibilité de joindre l'un de nos écoutants au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe tous les jours de 8h à 2h) ou par chat du lundi au vendredi de 14h à 2h si vous souhaitez en échanger de vive voix.

Cordialement.

---

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

---

**[Centre de soins et d'accompagnement, de prévention en addictologie](#)**

5, rue Arnaud Bisson  
**02100 SAINT QUENTIN**

**Tél :** 03 23 05 03 33

**Site web :** [www.ch-stquentin.fr/csapa](http://www.ch-stquentin.fr/csapa)

**Accueil du public :** Du lundi au vendredi de 9h à 17h. Permanence le mardi, une semaine sur deux, de 16h à 19h

**Consultat° jeunes consommateurs :** Accueil avec ou sans rendez-vous le mercredi après-midi (ou sur rendez-vous les autres jours de la semaine)

[Voir la fiche détaillée](#)