

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 mois de septembre 2014 je fais les vendanges et comme tout les soirs je fume mon petit joint mes j'étais fort fatigué avec la journée qui se déroulait, j'ai été me coucher aussitôt après avoir fini de fumer, et la j'ai commencé à sentir mon cœur qui s'emballait quand je voulais m'endormir donc je me réveillais avec sursaut, donc j'ai eu peur j'ai eu des nausées j'avais froid et je tremblais et j'avais mal derrière la tête donc je me suis levé j'ai été boire un coup et je me suis assis dehors j'avais l'impression d'être bougé pourtant je ne consomme pas d'alcool, la journée passe la fin des vendanges et arrivée. 2 semaines plus tard on est invité à un anniversaire entre amies tout se passe bien j'ai fumé mais pas bu d'alcool et d'un coup j'étais assis sur une chaise et je me suis mis à penser dans ma tête (on va voir si je refais la même chose qu'au vendange, j'espère que ça va pas me faire pareille que la dernière) et d'un coup ma mâchoire s'est crispée et la j'ai paniquée à mort j'ai eu une montée d'adrénaline qui fait que j'avais envie de tout pétter dans la maison, j'ai été au urgences prise de sang complète RAS le lundi matin j'ai été voir le médecin il m'a dit que c'était une crise de spasmophilie donc magnésium Alprazolaan en quantité de crise j'ai été chez un neurologue qui m'a dit que c'était des céphalées, mais depuis 2 semaines environ j'ai peur j'ai peur de devenir folle, j'ai peur de finir schizophrène je me suis mis dans la tête à cause d'internet, alors si vous plaidiez ce que c'est possible que j'ai fait une crise d'angoisse à cause du cannabis ? quand ça arrive je vais aller mieux ? ça fait depuis le 27 septembre que j'en consomme plus et j'ai toujours de drôles de symptômes aidez-moi j'ai besoin d'être 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 reconsummer 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 ..

Quoique 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 arrêté 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 écoutant 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](#)