© Drogues Info Service - 8 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Un mal être constant

Par Profil supprimé Postée le 03/12/2014 23:10

Alors je vais essayé de faire simple. Déjà je suis une fille et j'ai quatorze ans. IL y a 2 mois j'ai fumé pour la première fois avec un amis qui lui était habitué au début il ma dit d'aller tranquile pour pas partir pis après j'ai commencer à prendre son rythme.. J'inspiré et je devait tenir ma respiratio jusqu'à que lui eest pris la sienne, on a continué comme ça jusqu'à la fin... Après la fin du joint j'me sentais bien pas d'effet alors que lui était déjà parti mais nous voilà 10min plus tard et là je clignes des yeux je les réouvre et là je vois mon pote appuyé sur un poteau qui fais un looping , tout partais en vrille... J'commence à faire une crise d'angoisse envie de pleurer, vomir, chaleur je me sentais vraiment pas bien mais malgré le faite qu'il soit percché il a réussit si on veut à me rassurée après 1heure de flippe contrôlé on croise des amis qui eu n'étais pas déf , un d'entre eu vient avec nous et reste avec moi ça ma rassuré et j'ai commencé à me laisser aller me sentir mieux après cette heure infinissable. Le lendemain au réveil tout va bien , je me lève au calme , j'prends ma douche et quand on va pour manger là grosse envie de gerbe et je recommence à faire une crise de panique, paniqué je me pose mille et une question est ce que je suis resté "perché" , est ce que je vais viré folle etc... Mais mon meilleur amis nous rejoinds et me détend, bon pour mon ventre rien de grave quand on a été voir le médecin intox alimentaire (et j'ai eu mes règles :/). Bon les jours passe je me sens changé pas très bien j'ai souvent des vertiges et l'impression que les journée passe extrêment vite. 1 mois après mon bad je vais au resto avec mes parent et là sensation de vertige , comme quand j'ai badé , et une nouvelle crise d'angoisse mais une vrai ma 1ere , grosse grosse flippe. Voilà mon histoire, donc depuis ce jours je me sens triste , j'ai toujours cette impresion que mes journées passe très très vite , j'ai fais 1 autre crise d'angoisse , parfois il m'arrive de pleurer , j'ai l'impression d'être dans un rêve à certain momment ... Du moin j'ai changée , moi qui étais le clown dans ma bande d'amis qui faisait rire tout le monde me voilà la fille qui à du mal à sourrire... Bon c'est tout excusez moi pour les nombreuses faute d'orthographe et merci d'avoir lu jusqu'au bout , j'aimerais savoir ce qui m'arrive ? PS : Et pour arranger le tout avant mon bad j'ai arrêté la Red Bull , sachant que j'en buvais 2 par jours :/

Mise en ligne le 04/12/2014

Bonjour,

Il n'est pas rare qu'une certaine forme de mal-être surgisse après une prise de cannabis. Il est possible que cette drogue n'ait fait que révéler certaines difficultés sur le plan psychologique qui pouvaient être éventuellement déjà latentes, et dont vous n'aviez pas forcément conscience. Le fait de vous sentir encore mal plusieurs semaines après vos consommations ne veut pas dire que vous êtes "restée perchée". Il serait par

contre nécessaire que vous puissiez trouver une aide adaptée afin d'être accompagnée pour faire face à vos difficultés.

Trouver un espace de parole pour être soutenue peut en effet permettre d'apaiser votre souffrance, et notamment votre anxiété, qui peut alimenter ce que vous ressentez. Il existe des lieux où des professionnels tels que des psychologues et des médecins reçoivent spécifiquement les jeunes consommateurs. Cette aide est gratuite et confidentielle, et vos parents ne seraient pas au courant si tel est votre souhait. N'ayant pas connaissance de votre situation géographique il nous est impossible de pouvoir vous orienter. Nous vous invitons donc à nous recontacter si vous désirez obtenir une adresse. Sachez que vous pouvez aussi nous joindre via le Chat (en bas à droite de la page d'accueil de notre site internet), et tous les jours de 8h à 2h au 0800.23.13.13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe).

Cordialement.