© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

DANGER Cannabis et MDMA (extasy)

Par Profil supprimé Posté le 23/07/2013 à 08h45

Bonjour à tous, je ne sais pas vraiment par où commencer mais j'ai envie de vous raconter mon histoire, pour que peut-être que certaine personne dans la même situation se sente moins seule, et pour sensibiliser ceux qui ne le sont pas encore.

Pour la petite description, j'ai quinze an bientôt 16, je consomme du cannabis et de l'alcool depuis mes 13 ans et de la MDMA depuis seulement un mois.

Je vais vous raconter mon expérience perso. Depuis toujours j'adore me défoncer, vous savez cette sensation d'être libre, que tout ira toujours bien et que tout est "cool", mais j'ai réalisé il y a quelques jours que ce bonheur n'était qu'artificiel. Je m'explique: j'ai commencé à fumer avec ma meilleure pote, dans un champs à côté de chez moi, après tout, un petit joint le dimanche aprem ça peut pas faire de mal non? Et bien si. Pendant mon année de seconde j'ai commencé à augmenter ma consommation, j'ai réussi à arrêter pendant un mois pour mon copain de l'époque, mais j'ai vite repris après, ensuite en première ça à encore augmenté, c'était un joint le mercredi aprem, entre cinq et dix le week end, mais jamais en cours, car j'ai toujours été bonne élève et je ne voulais pas que cela nuise à ma scolarité. Comme vous le savez, la fume ça amène plein de chose, de nouvelle soirée, avec de plus en plus de défonce, et puis au final ça commence à ne plus vous faire grand chose, alors vous voulez plus. Je sentais que des fois quand j'avais trop fumer le week end mon cerveau était pas "à l'endroit" quand j'allais en cours le lundi matin, mais je me disais que c'était pas grave, juste le contrecoup. J'ai fais un bad trip aussi, mais ça ne m'a pas arrêté.

La fin d'année est arrivée et vu qu'on commençait à tourner dans le milieu électro avec mes potes, on s'est dit qu'on allait tester la MDMA, histoire de fêter la fin d'année. Je vais être honnête avec vous, j'ai pris un para à 0,1 et c'était vraiment exceptionnelle, un des meilleurs moment de ma vie, mais ce n'est que du bonheur artificiel, c'est juste que la md ça déclenche de la sérotonine dans votre cerveau et que du coup tu te sens super heureux, mais en fait c'est faux. Après la prise, redescente plutôt facile, je passe les épreuves anticipées du bac, j'obtiens des bonnes notes, tout va bien. Puis aux alentours de deux semaine après la prise, je commence à me sentir triste, un peu bizarre, je rigole moins, je suis plus énervée, mais je me dis que ça va passer.

Ensuite pour les 18 ans de ma meilleure amie, nous allons à un festival, elle prenait son para pour la première fois, pour moi c'était la deuxième. Je le prend, on était devant les barrière, le groupe allait commencé, il était minuit pile ont lui souhaite toutes son anniversaire, et là je commence à avoir des bouffées d'angoisse, mais je me dis que c'est juste à cause de la foule. 10minutes après, je fais une crise de panique devant la scène, je vous explique pas la galère pour sortir d'une foule de gens sous MD, bref je sors j'essaye de me calmer mais j'y arrive pas, je me sens tellement mal, je pars en gros bad trip, mes amies m'amène au poste de secours, là des gens supers se sont occupé de moi, je tremblais, j'avais la vision modifié, pas d'hallu mais presque, l'infirmière prend mon pouls, j'étais à 150 bat/min, (la normal c'est 70). J'étais en pleine crise de panique, et j'ai sincèrement cru que j'allais mourir, j'ai appris par la suite, que j'aurais pu, c'était un des plus horrible moment de ma vie, et surtout un des plus traumatisant.

Après on rentre du festival, je continue toujours la fumette. Puis je pars en vacances avec ma mère et mon frère. Je fumais un joint au bord de l'eau avec mon frère et la grosse crise de panique, ce qui était très bizarre car j'avais l'habitude de fumer. Puis vienx le jeudi soir, nous étions au restaurant, et je commence à me sentir mal, la bouffe me dégoutait, j'avais envie de vomir, et là j'ai eu une sensation bizarre en moi, vous savez la sensation que vous avez quand vous prenez votre perche. Sauf que la j'avais rien pris du tout, je sors du restau j'essaye de marcher et de me calmer, mais ça ne passe pas, au contraire, mon coeur bat de plus plus fort (tachycardie) et je fais une crise de larme. J'ai compris que c'était un retour d'acide ou un flash back comme on dit, c'était 10 jours après ma prise de md, mais ça peut aussi survenir des mois après. Bref ma mère me file un calmant, ça passe mais je me sens horriblement mal, j'ai juste envie de me tirer une balle. On rentre à l'hôtel et là je crois que j'ai passé une des pires semaine de ma vie, je prenais 4 alprazolam par jour et 3 tétrazépam (c'est des benzodiazépine, des calmants) et je faisais 2 à 3 crise d'angoisse et de pleurs par jour. J'étais sur la plage et je me mettais à pleurer pour rien, à paniquer parce que j'avais peur d'être entrain de devenir folle. Je changeais d'humeur en deux secondes, d'un fou rire à une crise de larme, d'un état de panique à un état réposé, de l'énervement au calme. J'ai réellement cru que j'étais entrain de devenir folle. Mais j'ai réussi à garder le mental, ma mère qui est médecin, ne m'a pas fait hospitalisée car elle pouvait veiller sur moi, mais si je n'avais pas eu un parent dans le corps médical, j'aurais du aller à lhôpital. Bref ça m'a pourri mes vacances et celle de ma famille, j'ai fais une crise de panique devant mon copain et je peux vous dire que ça fait vraiment mal au cur de voir que l'on fait du mal au gens qu'on aime parce qu'on va pas bien.

Maintenant cette semaine horrible est finie, jespère juste que ça ne recommencera jamais, le problème c'est que j'ai de lourdes séquelles psychologique et physique, et personne ne sait combien de temps elles vont durer, pour vous faire la liste :
-saute d'humeur
-crise de larme
-bouffée d'angoisse
-crise de panique
-tachycardie
-inappétence (heureusement j'ai pu recommencer à manger mais je ne pouvais plus manger, et j'ai perdu 4kg en 4jours)
-hypersensibilité/insensibilité
-perte de mémoire
-agressivité.

Voilà tout les problème auxquels je dois faire face à cause d'un simple para qui est mal passé, maintenant le simple fait de fumer une cigarette me déclenche une crise de tachycardie et des bouffées d'angoisse. Maintenant j'arrête la fume, mes médocs et le reste (oui je prenais des anxiolytique de temps en temps pour me défoncer). Je ne peux même plus courir, sinon je refais une crise, j'ai peur de retourner dans des festivals et des soirées électro alors que j'ai toujours adorer ça. Je n'ose même plus écouter de musique car cela me rappel mon bad trip en plein concert. Je perd la mémoire aussi, j'oublie des choses que j'ai vécu, où je n'arrive pas bien à parler, mais j'essaye de rester lucide un maximum. Je ne peux même plus boire de café ou de coca, et encore moins d'alcool car ce sont des excitants (donc mauvais pour mon cur), plus de sucrerie non plus.

Bref ma vie a changée et maintenant je vais devoir faire avec tout ça. Je vais allez voir un médecin addictologue, un cardiologue et une psy, je vais être sous antidépresseur et sous calmant jusquà que ça aille mieux, le problème c'est que personne ne sait combien de temps ça va durer. J'ai dû dire à ma mère que je fumais de la weed, j'ai pas osé pour la MD, ça l'aurait trop déçue, j'ai blessé ma famille, et mon petit frère à qui je tiens énormément. Quand il m'a dit "s'il te plait part pas en couille, devient pas folle, meurt pas, parce que je peux pas vivre sans toi", ça m'a fait réfléchir. Alors maintenant je me bat pour aller mieux, j'ai la chance d'avoir des amis extraordinaire qui m'ont énormément aidée dans cette période difficile.

Je vous raconte tout ça pour que vous vous rendiez compte que passer une bonne soirée parce qu'on est

totalement défoncée, ne vaut pas le coup de bousillé sa vie. Je peux vous dire qu'en une semaine j'ai pris dix ans d'âge mental.

Alors s'il vous plait, soyez plus fort que tous les autres, arrivez à vivre sans drogue, car même si vous avez l'impression d'aller mieux quand vous en prenez ça ne vous fait qu'allez vers le bas. Et surtout parlez en, et n'hésitez pas à consulter des professionnels, car ça aide énormément, c'est grâce aux secouristes que je suis en vie, et c'est grâce aux autres médecins que je vais consulter que je vais aller mieux j'espère.

Désolé pour le roman, mais ça m'a tellement traumatisé que j'ai senti le besoin d'en parler et de partager ça avec des gens qui me comprendront peut-être..

Bon courage à tous et mort à la drogue.

5 réponses

Profil supprimé - 05/09/2013 à 12h16

Slt, Ton témoignage m'a interpellé car il me fait penser à mon vécu. J'ai commencé la fume de façon occasionnelle à 19 ans, jusqu'à mes 25 ans, âge auquel j'ai commencé à enchaîner soirées de + en + régulières ds le milieu. Puis j'ai commencé à fumer un joint le soir pour me détendre, puis ensuite des joints du matin au soir. L'effet se faisait de moins en moins ressentir. Alors j'ai commencé à toucher d'autres pdts (coke, héro, crack, puis Md) au début en soirée, de plus en plus régulièrement et enfin seule, chaque jour!
J'ai connu aussi les bad trips. Le 1er, à 24 ans, lors d'un voyage en Inde. J'ai pris une boisson à base de cannabis et autres pdts (je ne sais pas trop qupoi mais des hallucinogènes, peut-être opium, Md?), suite à un chagrin d'amour... De cette boisson, j'en ai pris beaucoup plus que ce qu'il aurait fallu malgrès les avertissements autour de moi. Alors là, gros bad trip avec sueurs, sensation de malaise intense, tachycardie, difficultés à respirer, sensations d'ettouffement, perte de connaissance, hallucination pendant 3 jours...). Cette expérience,a été traumatisante. Et malgré tout, j'ai repris les soirées fortement alcoolisées 4 mois après, puis progressivement re fume!
J'ai connu un autre bad sous coke-hero-alcool...Egalement traumatisant...
Mais je voudrais surtout te parler de la MD. Effectivement, qu'est ce que je me sentais libre, bien, amoureuse, toute amoureuse sous perche de Md... et la descente, mais quel retour de baton, là c'est sueurs, angoisses, crises de larmes, tachycardie, nausées au prog, et ça dure, ça dure...
La MD, comme toute drogue, un vrai paradis artificiel, et finalement douloureux.
Tu sais, malgrès tout ça, je n'ai pas été capable de décrocher seule. J'ai suivi une cure et post cure et malgrès tout, j'ai reconsommer à mon retour.
Aujourd'hui, je ne consomme plus, et ça depuis Aout (grâce à un déménagement qui m'a éloigner "de mes plans" de quelques centaines de km)., et ça m'est dure, très dure, douloureux. Heureusement que j'ai un taf qui me plait!
Sinon, je n'y arriverai pas, et crois moi, le manque psy se fait ressentir encore, et s'est fait ressentir, accompagné du manque physique pendant tout aout, pas évident pr moi,ni pr mes proches.
Depuis que j'ai arrêté, j'ai souvent des montées d'angoisses, des crises d'angoisses, des périodes dépressives, une grande irritabilité, des crises de larme, une grande fatigue physique et psy...aussi cauchemards et insomnies...
Par contre, je m'aperçois que je retrouve une bonne mémoire et concentration surtout au taf, et ça à jeun. Avant pr ceci, il fallait que je sois sous trucs! Et ça mais quel grande victoire, grand pas en avant , je retrouve aussi goût au taf à jeun!
Courage, ne lâches jamais rien, bonne chance et si tu as besoin de parler et des questions, n'hésites pas, je répondrai ac plaisir.
ps: tkt, je me suis aussi défoncée ac des antidepreusseurs, t'es pas seul ds cette situation

Profil supprimé - 07/09/2013 à 17h31

Salut, je ressens les même trucs que toi depuis que j'ai arrêté, et malheureusement ça me donne qu'une seule envie c'est de reprendre, mais je tiens bon, c'est qu'une mauvaise période à passer, courage à toi aussi, je suis sur que tu vas y'arriver, t'as l'air motivée

Profil supprimé - 09/09/2013 à 11h28

Salut, bon au moins on est 2 et je pense qu'on est pas seul à galérer avec ces satanés de produits, et je suis comme toi, j'ai qu'une envie c'est de reprendre...Tu sais ma motivation est très fragile et ne tiens qu'à un tout petit fil...Comme d'hab, j'ai encore passé une sale nuit hantée de cauchemards...et autours du produit, pfffff. Oui courage à nous , tenons bon, ne nous laissons pas abbattre, c'est nous les winners , allé bon lundi

Profil supprimé - 09/09/2013 à 12h55

Encore moi! Je voudrai te dire ne touches plus à rien, ne te laisses pas démonter par les produits car tu es très jeune et tu as toute la vie devant toi. La vie est belle, ne te la gâches pas . Ciao

Profil supprimé - 25/12/2013 à 06h00

bonjour je voudrai te dire que le but de prendre lMd c pas danser mais c'est surtout fouiller a l'interieur de soi de chercher qui ont est vraiment au fond .de faire sortir les problemes internes et trouver leurs solution si ton attention au debut c'est sa tu n'aurais jamais tomber dans cette situation parceque ton cerveau est deja preparé a tout sa . dans ton cas a mon avis la solution c"est trouver juste les reponses des questions que tu té posé la semaine apres la priise sans psychotropes parceque au lieu de resoudr e les problemes de ce que tu es tu vas te retrouver avec 2 le precedant probleme et le second c"est la dependance au psychotropes