

Vos questions / nos réponses

## Le bad trip

Par [Profil supprimé](#) Postée le 22/02/2015 10:13

Que faire face à un bad trip ? (les étapes les plus importante a respecter)

Si la personne ne veut ou ne peut pas parler faut-il insister pour qu'elle parle ou pas ?

---

**Mise en ligne le 24/02/2015**

Bonjour,

Lorsqu'une personne fait un bad trip, il n'y a pas vraiment d'étapes à respecter si ce n'est de ne pas renouveler l'expérience .

Le " bad trip " est une intoxication aiguë souvent due à une absorption trop importante de produit.

Il se manifeste par un malaise physique et/ou psychologique. La personne peut se sentir mal, trembler, avoir du mal à respirer, des palpitations. Ce "bad trip" peut se caractériser par une forte montée d'angoisse et une crise de panique.

C'est une expérience très désagréable et angoissante, qui dure de quelques heures à quelques jours. Dans la plupart des cas, tout rentre dans l'ordre, l'important étant effectivement de pouvoir en parler autour de soi, se reposer, se distraire, afin que le souvenir de cette expérience difficile ne devienne pas envahissant.

Si malgré tout, ces symptômes venaient à persister dans le temps, nous vous conseillons de prendre RDV chez un médecin ou dans un CSAPA ( Centre de soin d'accompagnement et de prévention en addictologie ). Vous pouvez trouver les adresses proches de chez vous sur notre site rubrique "[Adresses utiles](#)". Les consultations y sont gratuites et anonymes.

A l'avenir, si cette personne consommait à nouveau, nous lui conseillerons de ne pas consommer de trop et doucement. Ne pas faire de mélange. Etre en lieu sûr et familier, avec une personne de confiance avec qui elle peut parler, qui pourra l'aider et la rassurer en restant avec elle. Il est important de se sentir bien lorsque l'on consomme une drogue car il peut arriver parfois qu'une consommation de drogue vienne révéler voire amplifier un état de mal-être déjà existant.

Pour en parler, cette personne peut nous joindre au 0800 23 13 13 (Ligne de Drogues Info Service, gratuite et anonyme depuis un poste fixe, tous les jours de 8h00 à 2h00 du matin). Ou par chat via notre site.

Bien à vous.

---