© Drogues Info Service - 28 novembre 2026

Forums pour les consommateurs

MDMA- Problème respiratoires depuis 3 jours,besoin d'aide

Par Profil supprimé Posté le 30/03/2016 à 10h03

Salut à tous,

Je suis consommateur de MDMA occasionnel (2-3 fois par ans) depuis 2 ans.J'en ai pris pour la première fois de l'année ce samedi soir,4 para et une traçe,dose habituelle.J'ai passer une très bonne soirée,lendemain bonne descente,pas de bad,comme d'habitude.J'ai aussi pris 2 ou 3 ballons de proto.

MON PROBLEME :

Tout allais bien jusqu'au Lundi soir,j'ai commencer a avoir des palpitations,du mal à respirer ,des fourmis dans les mains,pieds,jambes.Vers 1h00 j'ai été aux urgences.Bilan cardio et sanguin,rien a signaler.Symptômes d'une crise d'angoisse d'après le médecin (tiens je savais même pas que ça pouvait exister ça).Ca s'est calmé et je suis rentré.

Mardi bien,jusqu'à la fin d'après midi c'est repartit ,,je réussi à m'endormir vers 23h00 jusqu'à 23h30 où je me réveille avec l'impression d'etouffer,j'attend une heure que ça passe,puis plus rien je dos comme un bébé.

Ce matin,Mercredi je me lève directement avec cette gêne respiratoire,je pense que ça doit être dans ma tête et belle et bien des manifestations de crises d'angoisse comme on m'a dit aux urgences.Pourtant je ne suis en aucun cas stressé,peut être que mon cerveau à pris un coup ?

Est ce que quelqu'un à déjà eu ça ? au bout de combien de temps est ce que c'est passé ?ça fait 3 jours ça

commence à me rendre dingue.

Merci à vous et bonne journée

1 réponse

Profil supprimé - 31/03/2016 à 16h37

Salut Gef, j'ai déjà eu ce type de "crise" également, qui se manifeste un ou deux jours après la prise d'un quelconque prod, m'enfin surtout de type MD.

Je n'pourrais pas te dire au bout de combien ça passe, je suppose que c'est différent d'une personne à une autre, mais en général moi ça passe au bout de 5/6 jours.
Il suffit d'arriver à gérer, de se calmer, de respirer normalement et de pas paniquer (bah oui, sinon c'est pire, ton cœur palpite encore plus et vl'a les fourmis dans les joues, les lèvres, les mains etc etc)
Adopte un mode de vie sain pendant un p'tit temps, histoire de bien te remettre sur les rails et ça devrait aller, t'en fais pas.

Et oui, tu peux qualifier ça de crises d'angoisse, dues à quoi, je n'sais pas, mais sûrement ton corps qui essaye tant bien que mal de se retaper, à cause des excès du week-end, c'est c'que je me suis toujours dit. D'où le fait d'adopter un bon mode de vie après coup : manger des fruits, des légumes, boire de l'eau, bien se reposer...

J'suis pas une pro, j'te fais juste part de ce que j'applique à moi même pour que ça passe, après je n'sais pas si dans ton cas ça marchera aussi. En tout cas bon courage, rétablis toi bien, en espérant que ça s'arrange !