© Drogues Info Service - 15 juin 2025

Vos questions / nos réponses

Bad trip

Par Profil supprimé Postée le 29/01/2017 13:22

> Bonjour, je suis une fille, j'ai 16ans. Il y a 2 semaines, j'ai fais un bad trip pour la première fois. J'étais en voiture. Nous étions 4, nous avions fais un aquarium. J'ai fumé 2 joints de shit, fais 1 soufflette. Après avoir fumé les 2 joints, j'ai commencé à ne pas me sentir bien, je ne savais plus où j'étais, on pouvait me faire croire n'importe quoi, mes amis m'auraient dit que nous étions à Paris, je les aurai cru. Je fumais une cigarette, je regardais la route, je la fixais, je n'entendais plus rien autour de moi. J'entendais mon cœur battre à 100 à l'heure. J'avais peur de mourir, je voyais la route en zig-zag, comme si j'étais dans un film. Maintenant, après 2 semaines, j'ai toujours quelques symptômes. Quand je suis seule dans ma chambre le soir, je m'inquiète, je stresse, je ne sais plus vraiment où je suis, il faut que je sorte, que je descende boire pour que ça aille un peu mieux. Des fois, je m'imagine toujours dans un film. J'ai vraiment très peur que ça ne s'arrête jamais, j'ai même songé à me faire interner pour que ça s'arrête. S'il vous plait, aidez moi.. Merci..

Mise en ligne le 31/01/2017

Bonjour,

Comme vous en faites la mauvaise expérience, il est tout à fait possible et même fréquent de continuer à se sentir mal dans les jours qui suivent un bad trip. Cela peut durer plus ou moins longtemps, selon les personnes, mais ne relève plus directement des effets du produit.

En effet, ce que vous éprouvez et que vous nous décrivez est de l’ordre de l’angoisse. Ce qui s’est passé il y a deux semaines, au-delà d’être désagréable, vous a vraisemblablement inquiétée et c’est cette inquiétude, ce stress, qui continue à se manifester de diverses manières.

Si vous ne reconsommez pas (cela risquerait de réactiver ou de faire perdurer toutes ces sensations), tout cela devrait maintenant se dissiper, à la condition que vous puissiez vous rassurer suffisamment sur votre état et ainsi pouvoir passer à autre chose. Si vous le souhaitez, vous pouvez vous rapprocher d’une « CJC » (Consultation Jeunes Consommateurs) où un professionnel spécialisé pourra vous recevoir pour vous aider dans ce sens. Il s’agit de consultations individuelles, confidentielles et gratuites, accessibles aux mineurs sans autorisation parentale. Vous trouverez ci-dessous les coordonnées de la CJC de votre ville.

Nous restons bien sûr à votre disposition si vous avez besoin de revenir vers nous. Vous pouvez nous joindre par téléphone au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) tous les jours de 8h à 2h ainsi que par Chat de 14h à 2h.

Bien cordialement.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :