© Drogues Info Service - 3 juillet 2025

Vos questions / nos réponses

Mdma

Par Profil supprimé Postée le 27/06/2017 12:45

> Je vais tester pour la première fois la mdma, j'aimerais savoir quelles sont les choses à faire pour limiter les risques et optimiser la prise

---

Mise en ligne le 27/06/2017

Bonjour,

Si vous décidez de prendre de la MDMA, sachez que toute prise de drogue comporte un risque et il y a quelques conseils à retenir pour éviter que votre consommation ne tourne mal : pour cela, il est préférable de ne pas consommer seule, avoir si possible une personne qui ne consomme pas et qui sera là si vous réagissez mal au produit. Il est aussi recommandé de s'entourer de gens en qui l'on a confiance et de consommer en petite quantité pour éviter le surdosage. Si cela se déroule en milieu festif, il faut être attentif à rester non loin de vos verres et penser à bien vous reposer après la prise.S'hydrater régulièrement est aussi très importants.

Les effets sont divers et en général, si vous ingérez le produit, ils sont de courtes durées.

En revanche, la descente qui suit la prise peut être désagréable, d’où un repos nécessaire et des habitudes de vie correctes entre les prises pour “récupérer”.

Nous vous invitons à consulter la “fiche produit” en bas de page afin d’en savoir plus sur ce que vous allez prendre et de consommer ainsi en connaissance de cause. Ce produit n'étant pas anodin, il serait à notre avis préférable, vu votre jeune âge, d'en retarder son expérimentation le plus possible.

Pour rappel, la MDMA est un produit interdit qui peut conduire à la dépendance si la consommation devient fréquente et trop régulière.

Nous restons à votre disposition si besoin.

Bien à vous.

En savoir plus :

- Fiche sur l'ecstasy (MDMA)