

Vos questions / nos réponses

état de démanche après la prise d ecstasy

Par [Profil supprimé](#) Postée le 10/10/2018 15:52

Bonjours, j'ai 21ans depuis peu et sa fait un ans que j'ai commencé a touché au drogue dure, j'ai d'abord essayé la cocaïne en soirée puis j'ai plus tard goutté au champi mdma mais aussi une fois LSD et keta en petite quantité puis j'ai goutté l ecstasy en soiree techno qui m as donné l envie de continué ces soirée, cette drogue m as changé petit a petit sans que je m e' aperçoive vraiment, bref j'étais déjà dans un état semi anxieux dépressif mais je suis quand même allé en soirée techno et j'ai consommé un ecstasy dans la soirée j'étais a l ouest dans ma bulle un peu comme les dernière fois ou j en es consommé, j'ai dormie chez un pote je me suis réveillé très anxieux, puis la nuit d après j'ai vécu l enfer, contraction de la mâchoire, des main et crise d anxiété et la tête dans un étaux, sa nuit et jours pendant l semaine, par la suite sensation d'irréel, perte de cheveux, impossible de réfléchir aucune image dans la tête, je pense que mon cerveau a disjoncté, sa fait maintenant l mois et mon état ne c est pas amélioré, je souffre d insomnie sévère, gros trouble de la mémoire, j'ai la tête vide, je ne ressent rien, ni tristesse ni envie, juste de l anxiété j'ai qu une envie c'est dormir, j'ai des pensé suicidère alors que j adoré la vie, j'ai de gros probleme d élocution depuis mais de se qui m arrive j'en es parlé a personne, je fait le mort avec mes amis et passe pour une locque et je cree une incomprehension de leur part, je ne sais pas quoi faire je sais pas si mon cas va s améliorer j'aimerais avoir des témoignages ou des avis de professionnel, je suis allé voir un psychiatre avant hier j'ai un rdv avec une addictologue la semaine pro, mais je m exprime un peu mieux a l écrit puis j ai besoin d en parlé vue que j'ai honte d en parlé ouvertement a mon entourage, merci

Mise en ligne le 12/10/2018

Bonjour,

Vous avez vraisemblablement fait un mauvais trip suite à votre consommation d'ecstasy dans cette soirée.

La consommation de drogue et ses effets peuvent être en lien, non seulement avec le produit consommé mais aussi avec l'état de la personne avant la prise et son contexte. Vous expliquez vous-même que vous étiez déjà dans un « état semi-anxieux dépressif », que votre prise d'ecstasy a visiblement amplifié.

Les différents symptômes que vous décrivez tant physiques que psychiques ont souvent été rapportés par les témoignages d'usagers ayant eu à traverser cet épisode très désagréable. Citons la contraction de la mâchoire, ou encore le claquement des dents appelé bruxisme. Il est rare que ces symptômes perdurent si toutefois il

n'y a pas derrière eux d'autres problèmes. Autrement, ils disparaîtraient progressivement et vous devriez dans tous les cas reprendre le dessus même si nous admettons que ressentir depuis un mois ces symptômes peut paraître long et très inconfortable.

Nous notons que vous avez fait les démarches de consultation en voyant un psychiatre avant d'être vu par un addictologue la semaine prochaine. Vous avez donc les interlocuteurs appropriés pour être aidé mais vous semblez pointer votre malaise vis-à-vis de vos amis qui, vous ne nous le dites pas, ne semblent pas savoir pour votre mal-être. Ils ignorent que vous allez mal depuis cette soirée et si les choses ne sont pas claires ou dites, en effet, cela peut générer des incompréhensions. Il est très important que vous gardiez à l'esprit que vous avez le droit d'aller mal sans être « une loque » et que votre mauvais trip aurait pu arriver à l'un d'entre eux.

Nous vous conseillons de continuer dans vos consultations avec ce psychiatre et l'addictologue que vous verrez pour la première fois la semaine prochaine. Vous ne nous avez pas dit si le psychiatre vous a prescrit un médicament pour vous aider à vous apaiser. Le repos est également essentiel dans votre cas tout en occupant votre esprit. Si vous vous sentez plus à l'aise pour vous exprimer, soyez créatif, écrivez et cela captera votre attention et évitera vos « idées noires ». Quelques sorties « apaisantes » également pourraient vous faire du bien (promenade dans un lieu calme par exemple).

Si vous le souhaitez vous pouvez aussi échanger par écrit dans le cadre de nos forums sur notre site. Vous le dites vous-même, vous avez "besoin d'en parler", alors échanger avec des personnes connaissant ou ayant connu des épisodes similaires peut également vous faire du bien.

Si vous voulez du soutien ou être écouté vous pouvez nous contacter par tchat via notre site (gratuit et anonyme) du lundi au vendredi de 14h00 à minuit ou au 0800 23 13 13 (Drogues Info Service, gratuit et anonyme) tous les jours de 08h00 à 02h00 du matin.

Bien cordialement.
