FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

DÉCENTE AUX ENFERS

Par Profil supprimé Posté le 27/09/2019 à 16h33

Bonjour , enfin un forum où je découvre des gens aillant eu la même chose que moi ! Je suis dans une impasse , j'ai également abusé des produits cet été à Mykonos lors d'un festival , notamment de ketamine , extasy , mdma , mef et autres pendant 5 jours.
Hani tout arrêté brutalement il y a un mois puis 3 jours après l'arrêt j'ai commencé à avoir des crises d'angoisses.
Je n'arrive plus à sortir des musiques de ma tête et dès que je m'endors j'ai comme des flash horribles qui me réveillent.
J'ai toujours été un garçon très positif et souriant , j'ai une entreprise qui tourne super bien , je parle 5 langues et j'en ai 7 diplômes du coup j'ai l'impression d'avoir détruit ma vie !
Je suis actuellement sous prozac (antidépresseurs) et anxiolitiques (xanax) mais je n'ai plus de neuroleptique.
J'avoue que cela dure depuis un mois et je commence a vraiment m'inquiéter , pour mon couple , mon travail et ma vie qui était très bien avant.
Quelqu'un aurait des conseils à me donner svp.
J'ai vu psy , psychiatre , magnétiseur tout ce que je pouvais faire je l'ai fait.

6 RÉPONSES

Moderateur - 09/10/2019 à 10h34

Bonjour Jorjo,

J'espère que vous allez mieux depuis que vous avez laissé votre message.

Vous avez très vraisemblablement hyper sollicité et bousculé votre cerveau pendant ces quelques jours de festival et peut-être aussi étiez vous consommateur avant. Lorsque vous avez arrêté il y a eu une "réaction". C'est relativement normal, y compris que cela dure au-delà d'un mois.

Lorsque vous êtes confronté à des flashs ou à des 'obsessions' musicales essayez de vous mettre dans un état d'esprit où vous acceptez cet état et surtout où vous le laissez couler. Essayez de ne pas résister ni paniquer ou vous angoisser. Vous verrez que cela aide à ce que cela passe plus facilement. Et avec le temps cela sera moins fort et cela reviendra moins souvent.

Laissez du temps à votre cerveau pour qu'il retrouve son équilibre chimique/électrique. Aidez-le en privilégiant des activités plaisantes et relaxantes pour vous sans avoir recours à des drogues ni à l'alcool évidemment. Vous n'êtes pas fou, rassurez-vous, et votre cerveau n'a pas été détruit : toutes vos facultés cognitives devraient revenir à la normale. Mais donnez-vous le temps et essayez de ne pas vous épuiser au travail, ce qui doit être difficile à éviter lorsqu'on est chef d'entreprise. Il est important que vous travailliez mais mettez des limites pour vous garder du temps de bien-être pour vous.

Enfin, continuez peut-être le suivi "psy" s'il vous convient. Ce n'est pas tout à fait en un mois que cela peut vous soulager mais s'il y a un travail de fond à faire c'est là que vous pouvez le faire.

Le modérateur.

Profil supprimé - 06/11/2019 à 11h04

Bonjour , nous sommes maintenant au mois de novembre , je suis désormais suivi par deux psy (Psychatre et psychanalyste) .
Les terreurs nocturnes sont un peu moins fréquentes mais continues toujours.
Les musiques ne s'arrêtent pas (je me réveille avec du Charles Aznavour dans les oreilles).
Le pire symptôme est ces musiques persistantes qui interviennent dès que je suis dans le silence , mon psy pense Que ce sont des ruminations.
Pour lui ce n'est pas une entrée dans la skysophrenie (ce dont j'ai évidement très peur).
Je suis actuellement sous antidépresseurs , antipsychotiques (qui vont être arrêtés car aucun effet) et lithium puis anxiolytique (xanax).
Je commence à désespérer et à beaucoup m'inquiéter.

Moderateur - 06/11/2019 à 11h24

Bonjour Jorjo,

Merci pour votre réponse !

Bravo pour avoir mis en place ce suivi aussi.

Avez-vous pensé éventuellement à consulter un service de neurologie ? En effet, le symptôme d'entendre de la musique peut peut-être

correspondre à une atteinte neuronale et non à une maladie psychique. D'autant plus que vous avez pris, à forte doses, plusieurs psycho-stimulants pendant plusieurs jours. Cela pourrait peut-être vous apporter des réponses voire des pistes pour un traitement.

Cordialement,

le modérateur.

Profil supprimé - 06/11/2019 à 11h35

Bonjour
Moi je subis un trouble légèrement différent
Après une consommation de lsd j'ai des hallucinations en permanence quand je regarde un ciel blanc ou écran blanc comme si des ombres se mettaient à onduler et à tourner
C'est insupportable
Je ne sais pas si je dois consulter pour ça

Profil supprimé - 06/11/2019 à 19h38

Bah j'ai fait un irm complet du cerveau mais non je n'ai pas vu de neurologue ... Juste mon psy addicto et mon psychanalyste .
Mi- ta consommation de lsd remonte à longtemps?
C'est pas des corps flottants que tu vois ?
J'en ai aussi c'est rien , va voir un ophtalmologue.

Profil supprimé - 08/11/2019 à 11h28

Oui ça remonte à 3 ans mais j'en ai encore
Il m'arrive parfois d'en consommer car c'est la drogue qui me crée moins de dépendance et qui me procure du plaisir
Ok j'irai voir un ophtalmologue merci