VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

SÉQUELLES TROUBLES DE L'ANGOISSE

Par Profil supprimé Postée le 22/11/2011 06:17

Bonjour, voila 21 ans, je suis tombé dans le coma en prenant un extasy.Deux ans après, 2eme coma mais ce coup là en fumant des joints coupés à l'extasy, sans que j'en ai été informé.Ensuite pendant dix ans: crises d'angoisses intenses et quotidiennes, je suis complètement parano et ai l'impression que l'on me drogue partout et de différentes manières à mon insu (dans la nourriture, l'air climatisé...c'est un véritable enfer mais rien ne peut me faire admettre que se sont des créations du mental, surtout que je ressens tous les effets et symptomes comme si j'avais pris un exta). Après 10 ans de thérapies, les crises s'espacent et diminuent en temps et intensité.Mais parfois, comme cette nuit, je replonge: ce soir, j'ai passé du temps en présence d'un fumeur de joint, je précise, en plein air.Mais lorsqu'il brulait son shit ou fumait, par quelques fois, j'ai ressenti l'odeur, donc inhalé.L'angoisse a commencé a monté doucement et en arrivant chez moi, je me suis couché.Ne trouvant pas le sommeil (comme quand on a pris un exta) et ressentant un "bien-être" que je qualifie "d'anormal", je me met à penser et que son shit était coupé a l'exta et que le peu d'inhalations que j'ai respiré par mégarde a suffit pour que je sois "atteint".J'ai donc peur de mourir et suis persuadé que le scénario que j'imagine est réel.Seul une prise de sang me prouvant qu'absolument aucune substance de drogue circule dans mon corps pourrait me convaincre (et encore, le mental est tellement rusé).Vous en tant que professionnel de la question, pouvez vous me dire si ces angoisses sont purement le fait de mon mental ou si d'avoir inhalé quelques vapeurs de joints dont il aurait fallu qu'il soit coupé avec une drogue plus forte, pourrait avoir ces effets.D'autres comme moi, ayant eu à vivre un tel trauma, ont ils des séquelles similaires?Merci pour vos réponses.Je précise qu'ado, je n'avais pas de crises d'angoisse mais qu'enfant, à 5 ans, j'ai été traumatisé par une agression sexuelle et que tout cela m'est revenu à la conscience il y a 1 an et demi seulement.Je le précise car: etre drogué à son insu, c'est comme être violé: perte totale du contrôle , peur de mourir.Ces angoisses pourrait peut-être être reliés à ces deux évènements (viol et coma), c'est une supposition.
Merci pour vos réponses.
PS: est il possible de ressentir les même effets même en ayant rien pris mais la mémoire du mental recréant ce moment passé?

Cordialement,

Mise en ligne le 23/11/2011

Bonjour,

Comme vous le dites à plusieurs reprises, le "mental" peut en effet fabriquer de toutes pièces de tels symptômes. Vous semblez avoir beaucoup avancé sur cette questions avez fait des liens certainement très pertinents à l'aide de votre psychothérapie. Ainsi, cela vous a permis d'espacer et d'atténuer les crises d'angoisse.

Il nous semble peu probable que l'inhalation d'un peu de la fumée d'un joint puisse provoquer de telles manifestations. Il est sans doute plus probable que cette situation ait réveillé chez vous l'angoisse que vous tentez cependant d'apaiser.

Des complications de ce type, après une prise unique ou très occasionnelle, sont en effet possibles, bien que peu fréquentes. Les manifestations comme l'angoisse et la paranoïa peuvent même survenir plusieurs semaines après une prise. Si vous le souhaitez, vous pouvez vous rendre sur notre forum ou dans notre rubrique "Témoignages", afin d'échanger avec d'autres personnes sur votre situation.

Néanmoins, la durée et l'intensité de vos symptômes révèlent certainement d'autres difficultés personnelles et notamment viennent faire écho à cette agression sexuelle dont vous avez été victime dans l'enfance.

Vous semblez avoir su avancer dans la bonne direction grâce à votre détermination et votre courage à affronter ces traumatismes. Il vous faut garder à l'esprit que le chemin vers l'apaisement est parfois fait de sursauts, de retours de l'angoisse, mais que c'est en persévérant que vous parviendrez à mettre tout cela derrière vous.

Cordialement.