VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

EFFETS PERSISTANTS APRÈS UNE UNIQUE PRISE D'ECSTASY

Par Profil supprimé Postée le 10/06/2018 17:43

Bonjour, je vous explique ma situation, il y a deux semaines j'ai pris un demi ecstasy lors d'une soirée. Je précise que quand je l'ai pris j'étais fatiguée, et anxieuse, je suis également relativement fragile psychologiquement. Cependant tout c'est très bien passée, je me sentais bien, je communiais avec la musique mais je n'ai pas eu de montée, et je n'ai pas ressenti d'effets spécifiques (juste comme si j'étais un peu bourrée, et sensation de fatigue qui s'était envolée - pilule faiblement dosée?) ce n'est qu'en rentrant chez moi, que l'hypocondriaque que je suis a été voir sur internet les effets secondaires de cette drogue (j'ai vu AVC, coup de chaleurs, dépression, dp/dr, risque de rester perché) et j'ai commencé à me sentir mal. Grosses crises d'angoisses. J'avais l'impression les premiers jours que mon cerveau était déconnecté. Et je me suis convaincue et mis dans la tête qu'il y aurait un avant, et un après. Que ma vie avait basculé, qu'un truc avait « pété » dans mon cerveau et que je ne serais plus jamais comme avant. Je ne sais pas si on peut parler de bad trip « à retardement » car sur le moment je n'ai rien eu, j'étais bien. Mon état s'est déclenché quand j'ai réalisé ce que j'avais fait, et après mettre imaginé que j'avais tous les symptômes décrit sur internet. Depuis ça va un peu mieux, même si je me sens différente, mes perceptions ont changé, cette soirée m'a marqué et je n'arrête pas d'y penser. Je suis souvent stressée. Je fais une fixette sur ça, alors je ne sais pas si je psychote et si je me rend moi-même malade ou si je souffre de déréalisation, dépersonnalisation, ou si je suis restée perchée? Je me sens vide parfois, j'ai peur de ne plus retrouver les mêmes sensations qu'avant. C'est passager selon vous?
Je précise que je n'ai pas l'impression d'être dans un rêve, que je me sens ancrée dans la réalité même si cette réalité me paraît différente, après ça peut être dû au stress vu que j'ai eu ma dose pendant 2 semaines. En gros j'ai l'impression que c'est un lendemain de soirée qui se prolonge. Je n'arrive pas à reprendre le cours de ma vie. Elle est en stand-by. (Lendemain de soirée on est dans l'ambiance de la veille, nostalgique etc on se sent un peu dans les vapes) Bon et bah moi ça fait depuis 2 semaines que ça dure. En même temps je n'arrête pas de psychoter et de ressasser cette soirée en boucle donc c'est normal que je n'arrive pas à m'en sortir. Je me suis convaincue que mon ancienne vie s'est fini là-bas, et que la nouvelle a commencé après. Mais cette nouvelle vie de me convient pas, mes perceptions, mes sensations me paraissent différentes ou alors je me suis tellement montée la tête en me disant qu'elles l'étaient que je me les rend moi-mêmes différentes (je ne sais pas si je suis claire - en gros je me rend moi-même malade avec ces obsessions, et ces lubies que j'entretiens - cercle vicieux) je compare toujours tout à ce que je ressentais avant, bref c'est un calvaire, puisque je n'arrive pas à profiter du moment présent. Merci de m'avoir lu, pensez-vous que je psychote ou que l'ecsta a vraiment changé quelque chose dans mon cerveau?

Mise en ligne le 12/06/2018

Bonjour,

Vous avez consommé un demi ecstasy à une soirée et depuis vous vous sentez différente, dans des perceptions et sensations étranges par rapport à d'habitude. Vous nous demandez de vous éclairer sur ce que vous ressentez depuis.

La consommation d'ecstasy, même en petite quantité, peut conduire aux effets que vous décrivez (sensation de flottement, déréalisation, dépersonnalisation, angoisse, troubles du sommeil, ….).

Toutefois, et à la vue de votre récit, nous pensons effectivement que le fait d'avoir lu des articles sur internet et votre nature « inquiète » voire hypocondriaque ont pu contribuer à l'apparition de ces symptômes et à leur maintien dans le temps.

En général, ces modifications de perceptions et de sensations se calment d'elles-même dans le temps et nécessitent l'apaisement d'un état anxieux envahissant.

Nous vous conseillons ainsi de solliciter une aide psychologique et/ou médicale qui pourrait vous permettre de soulager votre état.

Sachez à cet effet, qu'ils existent des CSAPA (Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Vous y trouverez des professionnels de santé (médecins, psychologues, psychiatres, …) qui pourront vous recevoir en consultation gratuite et confidentielle.

Vous trouverez les coordonnées de ces structures spécialisées sur notre site internet www.drogues-info-service.fr via la rubrique « adresses utiles ».

Nous attirons votre attention en ce qui concerne les informations que l'on peut trouver sur internet. Vu votre nature anxieuse, nous vous déconseillons à l'avenir, de passer par ce biais là pour obtenir des précisions sur un état de santé. Le mieuxserait de consulter directement un médecin ou un professionnel de santé qui saura effectuer un diagnostique précis et adapté à votre situation et ainsi vous rassurer.

Nous vous conseillons également de rester attentive à vous-même et d'éviter de consommer des produits psychoactifs d'autant plus si vous vous sentez initialement fatiguée, stressée, déprimée, …. En effet, une prise de drogue a tendance à exacerber un état émotionnel déjà présent.

Pour toutes autres questions ou pour un échange, sachez que nos écoutants sont joignables tous les jours soit par téléphone au *0800 23 13 13*, de 8h à 2h, appel anonyme et gratuit, soit par Chat via notre site internet www.drogues-info-service.fr, de 14h à minuit.

Bien cordialement

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service