© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

Traumatisme après un bad trip de taz?

Par Profil supprimé Postée le 28/07/2019 20:38

Bonjour. Il y a quelques semaines de cela, j'ai eu un très mauvais bad trip sous taz, j'avais prit une moitié de 6ix9ine. Je n'ai pas eu d'hallucinations, mais j'avais d'énormes coups de froid et de chaud, j'avais ce sentiment d'être renfermé alors que j'étais en exterieur et j'étais incapable de bouger ou de parler. Je ressentais une angoisse surpuissante, je tremblais de peur et j'avais l'impression d'être bloqué à jamais. C'était terrible et ça a duré 3 heures. La redescente était super agréable, les cigarettes rt les joints m'ont beaucoup aidé. Depuis j'ai très peur des bad trips. Mais ça ne s'arrête pas là. Il y a moins d'une semaine une amie a moi m'a proposé d'en reprendre avec elle, ça faisait deux semaines que j'y avait pas touché mais la peur persistait, j'ai quand même accepté alors que j'étais dans un mauvais mood. J'ai prit un quart de 6ix9ine et j'ai essayé de me convaincre que j'allais passer une super soirée, mais il y avait peu d'ambiance. Au bout d'une heure je ressentais toujours rien, j'étais juste un peu speed, alors j'ai reprit un quart. Au bout de 20 minutes j'ai commencé à me demander si j'allais faire un bad trip, et la sensation est revenue, mon coeur battait vite et je regardais partout sans m'arrêter. Pour la faire courte, je me suis assit avec des amis près de la mer et je me suis assit, j'ai fermé les yeux et j'me suis dit "c'est bon, tout va bien, ça redescend, tout va bien se passer". J'étais à moitié dans le mal, à moitié dans le bien, puis j'ai vomi et je suis tombé en douce redescente encore une fois. Cependanr depuis, pendant la journée je fais des mini bad trips d'à peine une minute, alors que je suis sobre, et rien que le fair d'y penser me fait trembler de peur et mon coeur se met à battre très vite. Suis-je "traumatisé"? Est-ce que je commence à développer un trouble mental? Je me sens aussi très déprimé, et j'ai pas trop envie de sortir. La seule
bonne nouvelle est que j'ai enfin compris comment savoir si je vais faire un bad trip à l'avance, et comment me gérer, pourtant la peur persiste. Je pense que les 6ix9ine sont pas adaptés pour moi, car toutes les autres fois où j'ai prodé avec d'autres types de taz c'était génial.

Mise en ligne le 31/07/2019

Bonjour,

Vous avez fait plusieurs bad trips avec de l'ecstasy , votre dernière consommation date d'il y a moins d'une semaine. Depuis, vous faites des mini bad trips d'une minute avec le coeur qui bat très vite, des tremblements et de l'anxiété. Vous vous demandez si vous êtes traumatisé et vous vous sentez très déprimé, vous n'avez pas envie de sortir.

La consommation d'ecstasy peut conduire aux effets secondaires que vous décrivez (hyperthermie, sensibilité au froid, nausées et vomissements, anxiété, émotivité accrue). L'apparition de ces symptômes dépend à la fois des quantités consommées, de la qualité du produit mais aussi du contexte de la consommation (fatigue, humeur du moment...).

Le produit agit en moyenne de 3 à 6 heures selon le dosage et les individus. Suite à cela comme la substance exerce une action stimulante sur la libération de sérotonine et de dopamine par le cerveau, il peut y avoir une descente plus ou moins difficile, de l'ordre de quelques heures à quelques jours. Il faut en effet un certain temps au cerveau pour réajuster sa production de sérotonine et de dopamine. Ce qui peut expliquer votre sentiment de déprime et vos "mini bad trips".

Nous vous invitons à rester attentif à vous même et à éviter de consommer des produits psychoactifs si vous ne vous sentez pas "dans un bon mood" ou si vous vous sentez fatigué, déprimé, stressé ou si l'ambiance ne s'y prête pas. Dans ce cas , une prise de substance peut exarcerber un état émotionnel déjà présent.

A titre d'information vous trouverez en fin de réponse un lien vers la fiche "ecstasy" de notre site internet.

Si vous restez anxieux suite à cette consommation, vous pouvez vous rapprocher d'une CJC (Consultation Jeunes Consommateurs). Ce sont des structures d'accueil pour les jeunes de 12 à 25 ans , vous y serez reçu par une équipe pluridisciplinaire spécialisée en addictologie (médecins, psychologues , éducateurs spécialisés , infirmiers...) qui vous offriront une écoute bienveillante et sans jugement. Les consultations y sont non payantes et confidentielles , vous pourrez y évoquer sans crainte vos consommations et questionnements.

Nous vous joignons un lien vers notre site internet où vous pourrez rechercher les CJC les plus proches de votre domicile

Si vous souhaitez échanger plus amplement au sujet de votre situation , vous pouvez contacter l'un de nos écoutants tous les jours de 8h à 2h du matin au 0800 23 13 13 appel gratuit depuis un poste fixe ou au 01 70 23 13 13 depuis un portable (cout d'un appel ordinaire)

Bien cordialement,

En savoir plus :

- Fiche sur l'ecstasy (MDMA)

Autres liens :

- Adresses utiles du site Drogues info service