

Forums pour les consommateurs

Bad trip Lsd

Par Profil supprimé Posté le 02/04/2021 à 19h46

Bonjour, alors voilà je vous explique...

J'ai fait un bad trip sous lsd il y a 1 an et 2 mois, vraiment un bad trip très puissant.

Je vous explique j'étais un consommateur excessif de cannabis et tout se passait très bien, puis par point de vue spirituel je me suis mis à essayer la mdma une fois ça c'est très bien passé, ensuite j'ai essayé la cocaine une fois ça c'est très bien passé. Ensuite vient le jour où avec un pote à moi on se décide à essayer le lsd en contactant un autre pote à nous qui a l'habitude d'en prendre. Voilà je prends une dose les effets montent pas du coup j'ai pris une 2 ème dose et là j'ai commencé à ressentir les effets, C'était bien 10 minutes. Après ça devenait trop puissant du coup j'ai décidé de me coucher mais bon j'ai pas réussi. Ensuite je me suis levée et j'arrivais pas à me repérer dans l'espace, j'avais plus la notion du temps, je me sentais derrière mes yeux, pleins d'effets désagréables. j'étais devenu à l'état animal, je me suis mis en caleçon j'ai tenté de sauter par la fenêtre et après j'ai fait un black out jusqu'à ce que je me réveille à l'hôpital, bon en gros c'est ce qui s'est passé.

Le lendemain tout se passait bien. Je fumais régulièrement comme d'habitude, puis 1 semaine après je me suis mis à stresser et à avoir de l'anxiété pour rien pendant que je fumais, après j'ai fait une dépression donc je suis allé voir mon médecin et il m'a mis sous anti dépresseur. J'ai souffert pendant 2/3 mois après ça s'est stabilisé ensuite le 1er confinement a eu lieu tout se passer bien, à la fin du confinement je suis sorti petit à petit jusqu'à ce que je réussisse à retrouver ma vie sociale sans avoir de l'anxiété, malgré le fait que j'avais pris 20 kilos et que j'ai perdu mes cheveux. Ensuite fin octobre, j'ai fait une crise d'anxiété chez un pote à moi, et quand je suis rentré chez moi je suis plus sorti pendant 4 mois car j'avais vraiment peur d'en refaire et je suis tombé dans ce cercle vicieux de l'angoisse. Donc j'ai commencé à avoir des effets de déréalisation et de dépersonnalisation, il y a 3 semaines j'ai pris rendez-vous chez un psychologue pour faire de l'emdr, ensuite j'ai pris rendez-vous chez un psychiatre, elle m'a diagnostiqué un trouble anxieux. Alors voilà j'essaie d'affronter mes peurs de sortir tant bien que mal avec mon anxiété, et mes sentiments de déréalisation, il y a 2 jours j'ai repris le sport. J'essaie d'avoir une vie saine. Mais je me demande si un jour je vais redevenir normal sans anxiété sans stress, pouvoir sortir quand je veux, vagabonder et travailler.

J'ai pris ce bout de carton et cela m'a totalement chamboulée. Du coup je me demande vraiment si ça va pas me faire quelque chose de mal. Je recherche quelqu'un qui connaît dans le sujet.

Désolé pour les fautes d'orthographe et merci d'avance.

1 réponse

Moderateur - 06/04/2021 à 10h42

Bonjour Azerty123123,

Oui cela va passer et d'autant plus vite que vous êtes actif pour traiter votre trouble anxieux. C'est ce que vous avez l'air de faire donc c'est très bien.

Les conseils dans cette situation sont en général d'essayer de ne pas vous focaliser sur vos peurs ou votre anxiété quand elles surviennent : acceptez que cela arrive mais occuez-vous l'esprit à autre chose tout de suite. L'apparition de sentiments de déréalisation ou de dépersonnalisation sont vraiment dus au stress, ce sont des mécanismes de défense de notre cerveau. Au fur et à mesure que vous arriverez à gérer votre stress ils vont disparaître.

Les techniques de relaxation et de méditation (vous trouverez tout ce qu'il faut sur internet), les thérapies corporelles pour apprendre à gérer le stress (par exemple la sophrologie), la marche et le sport sont des voies pour vous permettre d'y arriver.

Je crois vraiment que vous tenez le bon bout, que vous vous êtes engagé dans la bonne voie pour que cela aille mieux. Vous avez tout à fait raison de prendre cela en main plutôt que de "subir". Vous faire aider c'est ce qu'il fallait faire. Bravo !

Cordialement,

le modérateur.