

Vos questions / nos réponses

Bad cannabis

Par [Profil supprimé](#) Postée le 10/01/2022 08:31

Bonjour, il y a environ 2 mois, j'ai fait un petit bad a cause du cannabis un midi. Après cela, j'ai eu quelques petit moment de déréalisation en quelque sorte, mais des moments tres court et au bout de quelques temps ça s'est arrêté. Seulement, au nouvel an j'ai refumé 3 taf pensant que c'était simplement une mauvaise expérience la dernière fois. Mais bien évidemment ça m'est monté à la tête et je me suis de nouveau senti mal à cause du cannabis. Mais, quelques jours après, j'ai eu une sorte de crise de déréalisation pendant environ 20 min. Nous sommes aujourd'hui 4 jours après cette crise et je suis constamment dans une sorte d'état second, comme si j'étais toujours un peu étourdi. C'est horriblement stressant d'autant plus que le cannabis m'a redonné de l'anxiété de j'ai à la base. Donc j'angoisse. Un ami à moi qui s'y connaît m'a dit que c'était arrivé à certains de ses amis, et que c'était parti. Mais j'ai peur que ça ne parte pas, que dois-je faire? Cela m'angoisse vraiment

Mise en ligne le 11/01/2022

Bonjour,

Faire l'expérience d'un « Bad trip » peut être vécu comme un événement traumatisant et nous comprenons bien cet état de mal-être et d'inquiétude qui en découle.

Il est toutefois important de savoir que les symptômes que vous décrivez ne sont plus liés à la présence de drogue dans votre organisme, éliminée au bout de quelques heures et nous rejoignons vos amis sur le fait que ces symptômes disparaissent avec le temps.

Pour cela, il est important de ne pas focaliser dessus ou d'y attacher plus d'importance que de raison, de tenter de trouver des activités sources de plaisir et de détente afin de ne pas entretenir cette anxiété que nous comprenons déjà être un tempérament naturel.

Si en parler de vive voix peut vous sembler être un soutien ponctuel, il est possible de nous contacter de façon anonyme et gratuite au 0800 23 13 13 de 8h à 2h ou par chat de 14h à minuit.

Si votre inquiétude persistait au point de nuire à vos activités quotidiennes, vous pourriez vous rapprocher d'un professionnel de santé, soit votre généraliste, soit un professionnel de santé spécialisé sur la question des consommations.

Ce sont des consultations individuelles, confidentielles et gratuites, vous pourriez exposer votre situation et votre questionnement. Nous vous joignons un lien ci-dessous, vous pouvez prendre rendez-vous par téléphone, par mail ou en vous y rendant directement.

Compte tenu de cette expérience, nous nous permettons de vous inviter à ne pas consommer de nouveau tant que cette anxiété sera présente.

Bien cordialement

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les s

[CSAPA Addictions France](#)

57, avenue Pierre Sépard
84000 AVIGNON

Tél : 04 90 13 37 50

Site web : www.addictions-france.org

Accueil du public : Le lundi de 11h30 à 17h, le mardi de 8h30 à 19h et le jeudi de 8h30 à 19h, mercredi de 8h30 à 17h, le vendredi de 8h30 à 16h

Secrétariat : Le lundi de 11h30 à 17h, le mardi de 8h30 à 19h et le jeudi de 8h30 à 19h, mercredi de 8h30 à 17h, le vendredi de 8h30 à 16h

Consultat° jeunes consommateurs : La Consultation Jeunes Consommateurs (12-25 ans) se tient à Cavaillon le mercredi de 14h à 17h (au Point Information Jeunesse : 17, place Maurice Bouchet, et à l'Espace Ecoute Jeunes animé : 287 cours Gambetta). Prendre rendez-vous auprès du secrétariat.

[Voir la fiche détaillée](#)

En savoir plus :

- [Fiche sur le cannabis](#)

Autres liens :

- [A propos du bad trip](#)

