

Vos questions / nos réponses

## Besoin d'aide svp

Par [Profil supprimé](#) Postée le 29/01/2022 20:12

Bonjour à tous, je vous explique ma situation, hier soir j'ai tiré 3 taff sur le joint a un ami (c'est la première fois de ma vie que je fume sur un joint). 10min plus tard j'ai senti que sa allait pas bien, j'avais la tête qui tourne, le coeur qui bat de plus en plus vite, l'impression de sortir de mon corps. Du coup je rentre chez moi en pensant que sa ira mieux mais pas du tout, je suis très anxieux de base du coup je me dis que je vais mourir etc. Je prends la voiture à ma mère et je vais direct aux urgences, ( pour vous dire à quel point j'étais déchiré je suis sorti sans ma sacoche où y'avais tout mes papiers dedans...). Une fois arrivé aux urgences je commence à bégayer, je disais n'importe quoi, je contrôlais pas ce que je disais mais j'étais conscient, et sa me faisait peur. Ils m'ont gardé jusqu'à que les effets ce dissipent un peu. 3h plus tard sa allait un peu mieux du coup je décide de rentrer chez moi, je m'endors vers 7h et me reveil vers 16h. Aujourd'hui il me reste quelques symptômes, comme le manque de concentration, je perds mes mots, je réfléchis beaucoup avant de sortir une phrase et j'ai une sensation de déréalisation. Je suis quelqu'un de très anxieux et j'ai peur de rester comme ça pendant longtemps, peur d'avoir un problème au cerveau etc.. J'ai besoin qu'on me rassure..

---

**Mise en ligne le 31/01/2022**

Bonjour,

Nous comprenons bien votre inquiétude et votre anxiété et pouvons être tout à fait rassurants à ce propos.

Ce que vous décrivez ressemble très précisément aux effets d'un "bad trip". C'est une expérience très impressionnante et intense qui peut arriver lors d'une consommation de cannabis. Les facteurs qui peuvent jouer sur le risque de bad trip sont la quantité et de la qualité du produit, l'environnement, l'état de stress ou de fatigue dans lequel on se trouve.

Les effets indésirables et angoissants du bad trip peuvent se répéter dans les jours qui suivent la consommation mais ils diminuent petit à petit jusqu'à disparaître définitivement. Il est donc normal que vous ressentiez encore des symptômes dérangeants.

Le bad trip en lui même est terminé, le produit ne fait plus effet sur vous mais c'est votre organisme qui "rejoue" cette expérience que l'on peut qualifier de traumatisante comme pour l'enregistrer, l'archiver et retrouver un fonctionnement habituel sans excès d'angoisse.

Nous vous invitons donc à vous reposer autant que possible et à favoriser les activités calmes.

En espérant avoir pu répondre à vos inquiétudes,

Bon rétablissement à vous et bonne journée,

---