© Drogues Info Service - 16 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

Paranoia et très grosses angoisse après prise de MDMA

Par Paquerette123 Posté le 24/12/2022 à 12h49

Bonjour à tous, j'ai 18 ans et j'ai récemment, c'est à dire environ 5 jours prise une très grosse dose de MDMA (ma première), je ne sais pas combien de mg de substance active mais bien 0,4g de MDMA en cristaux. J'ai complètement frôlé l'overdose avec une grosse tachycardie, des sueurs très intenses. Mais également des pertes de mémoires considérables (j'oubliais totalement ce que venais de dire mon ami après 2 secondes) à partir du début du de la redescente (donc à partir de 6 à 7 heures après le début du trip).
Le lendemain j'étais pale au possible mais plutôt énergique et sans réellement les effets connus d'une redescente de MDMA c'est à dire une sorte dépression liée à l'épuisement de mes neurotransmetteurs, j'avais cependant la mâchoire crispée pendant toute la journée. Cependant, et c'est ce qui m'a choqué, j'ai eu un ENORME (j'insiste) effet de manque accompagné de sueurs froides, de tremblements, de maux de têtes et d'une forte envie de reconsommer le produit en question durant toute la journée suivant la prise.
Ces effets réduisaient progressivement la journée suivante et j'ai réussi à tenir 2 jours avec l'aide d'amis mais le surlendemain de cette première prise j'ai succombé et j'ai reconsommé cette fois une bien plus petite dose que j'ai faite vomir 1h15 environ après le début de la montée, puis qui a redescendu progressivement, j'étais épuisé toute la nuit et n'arrivais pas à trouver le sommeil.
Le lendemain de cette 2nde prise j'ai eu des symptômes de manque bien plus faibles mais les effets communs de la redescente de MDMA et depuis j'ai tenu en plus d'avoir détruit ce qui me restait de conso.

Maintenant voila, le lendemain de cette 2nde prise j'ai fais une énorme terreur nocturne/cauchemar couplée à une sorte paralysie du sommeil ou je me voyais faire un mélange de plusieurs drogues dures et ou je me voyais perdre pied et commencer rester perché, tout en étant lucide du fait que j'étais dans mon lit mais j'étais paralysé, le cœur battant très fort et j'entendais le bruit que l'on entend quand on baille x1000 en décibels, quand je me suis réveillé j'étais terrorisé et j'étais persuadé pendant 5 min d'avoir pris quelques chose alors que non, je suis allé passer le reste de la nuit chez une amie.

Depuis ce cauchemar éveillé et ces jours de redescente de manque dans lesquels je suis encore, j'ai de très grosse angoisse, quasiment des épisodes de psychoses et peur d'être resté perché, d'avoir développé une paranoïa liée à ma surdose et à ma 2nde prise, j'ai peur de beaucoup de chose arbitrairement et j'ai une sorte de sentiment de DESESPOIR quand à ça de manière constante.
J'ai fais appel à un psychiatre pour prendre rendez-vous car je m'inquiète énormément, ces sentiments ne disparaissent pas et agissent en pic de panique et de petite dépressions et de désespoirs très puissants.

Que penser de cela, que faire ? J'ai vraiment peur car quand je lis les témoignages d'une redéscente de MDMA, rien ne fait état de pareil symptômes et je commence à avoir très peur d'aller me coucher à cause de ce qui m'est arrivé cette nuit,.

Inutile de précisé que ça m'a quasiment traumatisé, j'ai supprimé tout mes dealeurs des réseaux sociaux et j'angoisse énormément quand je pense à une drogue quelle quelle soit mais surtout les Amphétamines je ne veux plus jamais y toucher.

Est-ce arrivé à quelqu'un d'autres ? J'ai vraiment besoin d'aide s'il vous plaît.

1 réponse

Lok - 05/01/2023 à 08h09

Bonjour à toi,

J'ai connu il y a 4 ans exactement (j'avais aussi 18 ans) j'ai connu les mêmes symptômes que toi à ma première et dernière prise d'exctasy. J'ai eu une période de redescente horrible ou je faisais des crises d'angoisse d'environ 2 à 3h deux fois par jours, des fois j'avais l'impression de tomber en arrière, que j'allais tomber dans les pommes, je n'arrivais plus à me concentrer visuellement et mentalement, une sensation de déréalisation et peur d'aller s'endormir et de rester seul avec soi même. Bref un cauchemard qui semble sans fin. Le plus gros des symptômes à fini par partir au bout de 2-3 semaines dans mon cas, après le reste (concentration et vision surtout) ont mis peut être 2 mois à revenir. Mais ne t'inquiètes pas trop, si tu as trop peur de tes symptômes, consulte un médecin ou le CSAPA le plus proche de chez toi. Surtout entoure toi de personnes à qui tu peux parler de ta situation, ça te fera du bien de déballer ce que tu as sur le cœur. Tes symptômes finiront par se dissiper.