

Vos questions / nos réponses

Je me sens mal après une prise de mdma

Par [Profil supprimé](#) Postée le 28/01/2023 15:49

Bonjour , je vais vous expliquer ce qu'il m'arrive , j'ai 19 ans je suis un homme, 1m67 pour 60kg environ , il y'a 6 jours j'avais 3g de mdma en ma possession , je sais que c'est complètement stupide de ma part mais le 1er jour j'ai pris 550 mg dans la soirée ensuite le 2eme jour j'ai pris 650mg reparti aussi dans toute la soirée , le 3eme jours j'ai pris 1,3g dans la soirée et enfin pour finir le 4eme jours j'ai pris 500mg , cela fait maintenant 2 jours que je n'ai rien pris parceque déjà je n'en est plus et puis avec ce qu'il m'arrive actuellement je risque pas d'en reprendre , moralement ce va ça pourrait être pire , je sens le sens un peu triste mais ça va mais Parcontre j'ai des symptômes très déconcertant , j'ai des vertiges extrêmement intense , des gros coup de « brain zap » non seulement ça fait mal mais surtout ses très déroutant et désagréable , j'ai quelque fois des palpitations au coeur et l'impression de faire des crises d'angoisse , j'ai aussi pas mal de nausées du genre des grosse envie de vomir et pas très faim. Et puis bas évidemment je me sens très fatiguer autant moralement que physiquement, donc voilà je sais pas quoi faire , à vrai dire j'ai très peur , j'hésite à appeler le samu tellement je me sens mal parceque j'ai peur de mourire , enfin bon peut être que ça va passer et j'espère , quelqu'un pourrait me dire ce qu'il m'arrive ? Ps : ne prenez jamais cette drogue si vous ne voulez pas finir comme ça !

Mise en ligne le 01/02/2023

Bonjour,

Les effets, effets secondaires et indésirables de l'ecstasy dépendent du dosage et de la composition du produit, de la fréquence des prises, de l'association à d'autres produits, mais aussi de la condition physique et psychique de l'usager.

Les prises fréquentes et les doses élevées ont tendance en effet à aggraver les risques et effets indésirables. D'autant plus, comme nous le suggérons plus haut, lorsque d'autres substances sont associées (en particulier l'alcool, la cocaïne, les amphétamines, les boissons énergisantes, certains antidépresseurs).

Il semblerait, d'après ce que vous nous décrivez, que vous avez surconsommé, en tout cas au-delà de ce que votre organisme et votre psychisme étaient en mesure de supporter. En témoignent les diverses manifestations que vous nous décrivez. Il s'agit de symptômes assez habituels et passagers liés au fait que le cerveau est en manque de sérotonine. Cela va en principe en s'estompant au fil des jours.

Il est conseillé dans ces cas-là d'essayer de reprendre une hygiène de vie en prêtant plus d'attention à la qualité de son sommeil et de son alimentation, bien s'hydrater, éviter de reprendre toute substance psychoactive (alcool et cannabis y compris). S'il est possible de favoriser les moments et activités de détente, ce peut être un plus, comme de ne pas trop faire de recherches sur internet sur ce sujet sous peine de voir son anxiété augmenter. Si vous avez dans votre entourage des personnes de confiance à qui parler de ce que vous ressentez cela peut aussi contribuer à vous apaiser.

Vous êtes maintenant à J+6 de la dernière prise et si vous ne constatez pas d'amélioration, nous vous encourageons à consulter mais pas forcément en appelant le SAMU. Sachez que vous pourriez être reçu de manière confidentielle et gratuite dans l'enceinte d'une CJC (Consultation Jeunes Consommateurs). Cela nous paraît beaucoup plus adapté. Toutes les adresses sont consultables via la rubrique « Adresses utiles ».

Si cela ne va pas déjà mieux, nous vous souhaitons un prompt rétablissement. Nous restons à votre disposition si vous avez besoin de revenir vers nous, n'hésitez pas. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h du matin au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et non surtaxé) ainsi que par Chat de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le samedi et le dimanche.

Avec tous nos encouragements à prendre soin de vous.

En savoir plus :

- ["Ecstasy/MDMA"](#)
- ["Adresses utiles"](#)