

Forums pour les consommateurs

## Bad trip Space cakes

Par besoindaide57 Posté le 20/10/2025 à 22h02

Bonjour,

Suite à la malheureuse consommation d'un Space cakes à Amsterdam, 1 semaine après j'en souffre toujours. N'étant pas fumeur à l'origine et surtout pas une personne anxieuse et stressée aujourd'hui tout change. Cela fait 1 semaine que j'ai fait mon bad trip qui s'est horriblement passé, j'ai eu le cœur qui battait hyper hyper vite ( du moins une impression) et le sentiment de peur de la mort qui me semblait approcher à tout moment, suite à ça pendant quelque jours j'étais persuadé d'être décédé, à savoir que durant mon bad trip ma peur se nourrissait de ma concentration sur mon cœur qui battait vite. J'en suis à une semaine après consommation, j'ai été hospitalisé 2 jours après consommation j'ai réalisé des irm et des test sur mon cœur qui sont relevés bons. Seulement 1 semaine après je me suis mis à faire de grande crise d'anxiété, chose que je ne faisais pas avant. Pour vous décrire tout ça correctement, je vais avoir cette impression d'oppression, et surtout de ne pas pouvoir respirer avec le cœur qui va émettre un battement assez irrégulier et un peu plus fort que les autres battements, ou alors plusieurs battements rapides, et je vais me sentir stresser et avoir le besoin de sortir pour respirer, tout ça s'accompagne d'une douleur au thoracique. A l'origine je ne suis pas quelqu'un qui stresse encore moins qui angoisse, j'ai réalisé un irm au cœur chez un cardiologue lors des faits qui c'est relevé bon tout en précisant mes douleurs thoraciques, déplus une fois rentré en France j'ai été à l'urgence mais tout le monde me dit que j'ai rien au cœur et que tout va bien. J'ai besoin d'être rassuré car je fais pas mal de crises à la journée, je ne fais que penser à ma respiration c'est juste horrible. Avoir quelque cas similaire pourrait me mettre à l'aise surtout car je voudrais savoir combien de temps ça va durer

### 3 réponses

---

Kvon - 22/10/2025 à 13h31

Salut pour répondre à ton témoignage sache que j'ai vécu la même chose mais avec une déréalisation et dépersonnalisation en plus.

Durant le bad trip c'était énormément de pensées et j'avais l'impression que mon cœur comme cerveau allaient exploser.

Cela fait 60 jours maintenant j'ai encore quelques effets de déréalisation persistant et je fais encore des crises d'angoisse mais c'est principalement lié au fait que j'étais très anxieux auparavant !

Je connais tout à fait cette sensation de penser 24h/24 aux battements de cœur ou sa respiration et souvent quand j'y pense ces fameuses douleurs réapparaissent.

C'est bien la preuve que ces douleurs sont liées à l'anxiété car moi aussi j'ai fait des examens et c'était bon. Effectivement il y a aussi l'effet où tu ressentiras un battement de cœur irrégulier.

Un conseil simple c'est de faire des choses qui vont changer tes idées et te détendre car durant mes crises c'est exactement la même chose que ce bad trip globalement une obsession liée à la respiration mes pensées ne

tournent plus qu'autour de ça puis j'ai la sensation d'étouffer de ne pas respirer correctement puis au final ça passe mais sur l'instant on pense clairement qu'on va mourir.

Il n'y a pas de secret pour améliorer ça instantanément mais simplement s'occuper l'esprit pour éviter que des pensées intrusives arrivent et même dans le cas où elles arrivent ne pas paniquer, ne pas les juger simplement changer d'idée et ne pas alimenter le cercle de l'anxiété tu peux même envisager des méthodes comme la méditation ou écouter des bruits blancs par exemple ( ça marche pour moi pour calmer les crises)  
C'est globalement les meilleurs conseils que je peux donner à ce jour.

besoindaide57 - 22/10/2025 à 13h50

Salut Kvon,

Merci beaucoup pour ta réponse dans un premier temps. Je pense être dans une période où le besoin d'être rassuré par des personnes qui ont vécu la même expérience ou alors des personnes du milieu médical. Ta réponse m'a rassuré d'avantages, je fais encore de grosse crise d'anxiété, j'ai des médicaments pour ça qui selon moi ne marche pas forcément mais je te rejoint sur le point de s'occuper et faire quelque chose qu'on aime on en oublie complètement les battements de cœur, l'étouffement. Par hasard est-ce que tu sais si cela peut rester à vie ?

Kvon - 22/10/2025 à 14h40

Pas de soucis c'est normal de chercher du réconfort auprès de quelqu'un qui a vécu la même chose. Si tes médicaments ne t'aident pas vraiment tu peux essayer d'en parler à ton médecin il pourra sûrement t'aider même si dans mon cas j'ai désiré ne pas prendre de traitement et ça semble partir progressivement.

Concernant la question est-ce que ça reste à vie la réponse est simplement non.

Tu ressentiras probablement une amélioration avec le temps mais attention penser sans arrêt à ton état est selon moi un cercle vicieux car ça pourrait renforcer le côté anxieux de la chose, j'avoue que je me pose presque sans arrêt la question "quand est-ce que ça va s'arrêter" et c'est légitime car sur le moment on a peur mais c'est plutôt contre intuitif car ça peut faire durer cet état plus longtemps.

Encore une fois sache que ce sentiment ne te met pas en danger tu es totalement en sécurité si les examens sont bons je me reconnais totalement dans ton témoignage car j'ai cru devenir fou pendant un moment et je recherchais sans arrêt quelle serait la possible maladie ou problème mais sache que ces pensées ne sont que la manifestation de cette anxiété.

Dans ton cas la seule chose que je te conseil c'est d'avoir une bonne hygiène de vie et de penser à ton bien être.

Et également limiter la prise de drogues ( légales ou non) alcool, cannabis ou autres drogues.

Je t'avoue que moi aussi j'étais étonné de l'effet amplificateur que pouvait avoir le thc car on la présente comme une drogue douce mais dans certains contextes elle peut amplifier les sensations de mal être et malheureusement la France n'est pas le meilleur pays en terme de prévention et les seuls témoignages de ce style que j'ai retrouvé sont en anglais ou sur des sites canadiens.

Encore une fois le plus important c'est de ne pas en faire une obsession tu es en sécurité et le seul remède c'est le temps et un suivi psychologique si tu le juges nécessaire tu t'en sortiras probablement de mieux en mieux au fil du temps et non tu n'es pas devenu fou ou bloqué à jamais dans cet état si ça peut te rassurer je me disais que ça avait éveillé une maladie en moi ou quelque chose dans ce genre mais en réalité dans la plus part des cas tu réaliseras que c'est juste des gens qui sont dans un cercle vicieux lié à l'anxiété.

Lire des témoignages sur ça n'est pas une bonne idée selon moi car en étant anxieux tu mettras forcément le témoignage de la personne qui a vécu une anxiété pendant 2 ans en avant plutôt que celui de 2 mois selon moi encore une fois le mieux est d'en parler mais de ne pas en faire une obsession.

En espérant avoir pu t'aider et si tu as d'autres questions ou juste besoin de parler je serai là.