Vos questions / nos réponses

BAD TRIP PTC

Par Karim93 Postée le 17/11/2025 08:11

> Bonjour salut On est le 15 novembre 2025 maintenant je vis la même chose depuis le 16 septembre 2025 suite à un bad trip au PTC pendant 3h j'ai cru j'étais entrain de mourir etc... Depuis énormément de tremblements aléatoire dans le corps, rêve intense, un sommeil complètement aléatoire je peux dormir 17h par nuit comme 4h. J'ai une tendance a faire 1 million de tours sur les sites ou des vidéos qui parle de sa. J'ai aussi des pensées obsessionnelles comme (est-ce que je suis possédé par un djinn, est-ce que je suis entrain de devenir fou,etc) d'après toutes les recherches que j'ai fait c'est juste un gros dérèglement psychique au cerveau en gros mon cerveau a subi un moment de stress intense pendant mon bad trip qui m'a bloqué dans une sorte de cerveau en état de vigilance. J'ai consulté un psychiatre qui m'a prescrit des antidépresseurs (fluoxetine) que j'ai préféré ne pas prendre par peur de modifier la chimie de mon cerveau, il m'a diagnostiqué un trouble anxieux et une légère dépression. Le pire symptôme que je vis est la déréalisation et la dépersonnalisation sensation d'irréalité je me dis sa se trouve je suis dans un faux monde malgré que d'un côté je sais que c'est faux. Les forums etc... je me dis ils sont faux et les gens qui y participent ne sont pas vrai mais juste des personnes qui sont là pour me rassurer etc... en gros une grosse dissociation. J'aimerais savoir si sa va partir un jour sa fait 2 mois jour pour jour et j'en ai marre sa me soule.

Mise en ligne le 24/11/2025

Bonjour,

Il est positif que vous ayez consulté un psychiatre suite au bad trip vécu sous cannabis de synthèse.

Il est en revanche dommage que vous ne preniez pas le traitement qu'il vous a prescrit car cela pourrait favoriser plus rapidement la reprise d'un quotidien acceptable.

Vous avez consommé un produit très fort souvent responsable de mauvaises expériences pour de nombreuses personnes. Pour plus d'informations sur le cannabis de synthèse, nous vous glissons en bas de page notre fiche produit. Vous y trouverez des éléments sur le mode d'action, les effets secondaires, etc.

Le bad trip est un malaise éprouvant et terrifiant qui, comme vous l'avez lu, peut maintenir la personne dans état de vigilance excessif et durable après l'épisode.

C’est bien le souvenir de la peur ressentie qui perdure après un bad trip. Ainsi, il importe de tenter de reprendre une vie normale, en évitant de focaliser sur les moindres sensations étranges qui peuvent vous traverser. L’état de vigilance vous oblige à guetter les moindres variations de vos sensations, alors qu’en temps normal vous n’y prêteriez pas attention.

Nous vous encourageons à en parler de nouveau avec votre psychiatre. Vous pourrez lui préciser vos craintes de prendre l’antidépresseur qu’il vous a prescrit. Il sera certainement en mesure de mieux vous expliquer les enjeux ou de vous proposer d’autres solutions qui vous conviendront mieux. La question du sentiment de déréalisation qui vous gêne doit aussi être évoquée pour que vous ne restiez pas isolé dans ce contexte.

Dans tous les cas, nous vous encourageons à vous tourner vers des activités qui vous apaisent et vous décentrent de ces sensations. Plus vous serez occupé autour d’activités plaisantes, mieux vous occuperez votre esprit et éloignerez les sensations et pensées angoissantes.

Le bad trip est une expérience marquante, mais il importe que vous laissiez cet épisode derrière vous en tentant d’être actif, si cela vous est possible.

Il ne nous est pas possible de vous indiquer combien de temps ces sensations vous accompagneront, car chaque individu réagit différemment.

Cependant, plus vous mettrez en œuvre des nouvelles habitudes dans votre quotidien pour prendre soin de vous physiquement et psychologiquement, plus il vous sera aisé de les surmonter. Le fait de veiller à une bonne hygiène de vie, de respecter les temps de sommeil et de pratiquer une activité physique régulière permettra un rétablissement certain. Parler avec des proches de confiance afin de vous sentir épaulé et encouragé est également important.

Par ailleurs, sachez que si vous en ressentez le besoin, il existe des consultations en addictologie qui sont gratuites, individuelles et confidentielles. Elles ont lieu dans des Centres de Soins, d’Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Médecin addictologue, psychologue, infirmier et travailleurs sociaux peuvent vous apporter plus d’éclairage sur vos ressentis et vous rassurer.

Si cette alternative vous intéresse, nous vous transmettons en bas de page un lien vers notre rubrique « adresses utiles » pour trouver les coordonnées d’un CSAPA près de chez vous. Il vous suffira d’y renseigner la ville et de sélectionner « soutien individuel usager/entourage ».

En attendant, si vous ressentez le besoin d’échanger autour de cette situation, vous pouvez joindre nos écoutants par téléphone au 0800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) 7j/7 de 8h à 2h. Également par tchat via notre site internet de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Avec tous nos encouragements.

Bien à vous

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service
- Fiche produit cannabis de synthèse