

Vos questions / nos réponses

Etat post-traumatique après prise de truffes hallucinogènes

Par [Nitram96](#) Postée le 15/05/2026 10:38

Bonjour, Je vous écris suite à ma prise de truffes hallucinogènes (Atlantis, 15 grammes) le 12/05/26, dont j'ai hélas sous-estimé la puissance, ce qui m'a mené à surdoser et subir une montée très intense et difficile (trop pour moi) qui m'a beaucoup surpris et même fait peur sur le coup. Pour moi ce n'était pas un bad trip car les visuels et sensations n'avaient rien de négatifs ou malveillants, seulement la montée en puissance était trop radicale pour moi. Suite à cela je me retrouve dans une sorte d'état post-traumatique qui ne passe toujours pas après trois jours. Le soir ayant suivi le trip je me sentais très anxieux et stressé avec de la difficulté à supporter le bruit, la musique, les vidéos, que je sentais comme trop agressifs. Mais cette difficulté à supporter les bruits est passée dès le lendemain matin. Cependant, après trois jours je sens toujours mon coeur battre assez vite, et comme un poids qui me pèse, parfois sous forme de pincements (J'ai 30 ans). De ce fait cela m'inquiète et je sens que je suis dans un cercle vicieux. J'ai bien sûr peur que ce soit grave. J'aimerais savoir si cela est courant avec ces substances, combien de temps cela peut durer et ce qu'il y a de mieux à faire dans ce cas. Sachant que je suis passé à la pharmacie ce matin et qu'on m'a fourni de l'aromasantis et du magnésium marin "formag" contre l'anxiété. Merci bcp d'avance

Mise en ligne le 18/05/2026

Bonjour,

L'amplitude de l'effet ressenti après l'absorption de champignons hallucinogènes dépend de plusieurs facteurs comme la concentration en éléments chimiques du champignon, le stade auquel ils ont été cueillis, le mode d'usage, la sensibilité individuelle, le poids corporel, la quantité consommée et donc les doses absorbées ou encore l'état psychique au moment de l'usage ce qui en fait des effets différents d'un individu à l'autre.

A la lecture de votre message, nous comprenons un surdosage et la description que vous faites de cette « montée » s'apparente tout de même selon nous à un bad trip.

Le « bad trip » peut être vécu comme un événement traumatisant et entraîner ce que vous nommez comme état post-traumatique. Une forte anxiété peut à son tour entraîner diverses sensations de mal-être physiques ou psychologiques.

Il est utile d'avoir à l'esprit que les effets du produit sont à ce jour éliminés de votre organisme et que ce que vous ressentez est davantage lié à cet événement traumatique vécu au moment de la consommation. Afin d'aller mieux, il est important de réfléchir à ce qui va pouvoir calmer votre anxiété, occuper votre esprit à des activités agréables, vous entourer de personnes qui vous apaisent, prendre soin de vous en vous ménageant des temps de détente, de relaxation,

Si vous ne parvenez pas à vous apaiser et que vous pensez qu'aborder la question avec un professionnel plus spécifiquement compétent sur les questions de consommation de produit psychoactif peut vous rassurer, il est possible de vous rapprocher d'une consultation avec ce type de professionnel. Ce sont des consultations libres d'accès, individuelles confidentielles et gratuites, il en existe dans tous les départements et de nombreuses villes. Ne disposant pas de votre département de résidence, nous vous joignons le lien "adresses utiles" qui vous permettra d'effectuer votre recherche.

Si vous souhaitez davantage de renseignements ou évoquer la situation sous forme d'échanges, vous pouvez également nous contacter par téléphone au 0800 23 13 13 de 8h à 2h (appels anonymes et gratuits) ou par chat de 14h à minuit via notre site, de 14h à 20h le week-end.

Nous profitons de cet espace pour vous informer de notre rubrique « Réduction Des Risques » présente dans chacune des fiches de notre « Dico des drogues » dont nous vous joignons le lien ci-dessous.

Bien cordialement

En savoir plus :

- [Fiche sur les champignons](#)
- [Adresses utiles du site Drogues info service](#)