Vos questions / nos réponses

Angoisses après MDMA

Par Profil supprimé Postée le 29/07/2014 15:05

> Bonjour,
> J'ai consommé trois fois en moins de deux mois de la mdma et de l'ectasy à des doses variables. De nature déjà anxieuse, j'ai beaucoup culpabilisé après ces prises car j'ai toujours eu peur de la drogue, mais je le faisais pour m'amuser. Lors de ma dernière prise, il y a un mois, je n'ai quasiment pas eu d'effets malgré une dose plutôt élevée, mise a part des vomissements et un leger sentiment d'anxiété. Deux jours après s'est déclanché une crise de panique énorme sans raison (tachycardie, sueurs, tremblements, vertiges, et surtout un immense sentiment de danger imminent, peur de perdre le contrôle de moi meme et de devenir folle). Les jours qui ont suivi cette crise ont été un peu difficiles, j'ai eu quelques remontées d'angoisses plus legeres qui se sont estompées au fil des semaines. Mais voilà, depuis deux semaines, même si les symptomes physiques de l'angoisse ont disparus, j'ai comme une angoisse persistante et j'ai developpé une peur maladive de devenir folle, plus précisément schyzophrène, à cause de la drogue. J'ai toujours été plus ou moins anxieuse à propos de ma santé et je suis toujours la première à aller sur tous les forums possibles dès les premiers symptomes d'un rhume... Mais là, c'est clairement invivable: j'ai écumé tous les sites sur cette maladie mentale, je connais par coeur tous les symptomes et j'analyse en permanence toutes mes pensées et mes actes en me demandant si c'est normal. J'ai peur de m'endormir le soir car j'ai peur d'entendre des voix, dès que quelqu'un me regarde je me demande si il me regarde vraiment où si je suis parano... Bref, ma question est la suivante: est il possible que seulement quelques prises de substances de ce type déclenche une schizophrénie chez des personnes fragiles, et des crises d'angoisses sont elles les premiers symptomes? Où les crises d'angoisse que j'ai eu sont seulement un effet secondaire liée à la prise du produit? Je précise que je suis la seule qui ait réagit de cette manière alors que mes amis ont pris la même drogue ce soir là. C'est ça qui m'éffraie le plus, je pense.
>
> Merci, sincèrement!

Mise en ligne le 30/07/2014

Bonjour,

Les prises de substances psychoactives n’ont pas toujours le même effet selon les personnes (selon leur santé physiologique et psychique ou leur histoire personnelle) et selon le moment et l’état (fatigue, bien-être, angoisse par exemple) au moment de la prise. Il est dans ce cas normal que vous ayez pu vivre les effets secondaires de ses prises de MDMA et d’ecstasy différemment que ceux de vos amis.

Les produits psychoactifs ont un effet sur le cerveau et ont un impact plus fort pour les usagers déjà vulnérables, facilement anxieux. Les effets que vous décrivez peuvent être liés à vos prises de drogues. Ils peuvent être la manifestation d'un « bad trip » et correspondre à des troubles psychiques (angoisses, paranoïa par exemple) qui se manifestent après les effets de la prise et perdurent quelques jours voir plus.

Vous dites être vous-même naturellement anxieuse. Il semblerait que vous soyez de ce fait vulnérable face à ces produits. Vous devriez peut-être réfléchir à éviter ces expérimentations à l'avenir.

Pour la question que vous posez au sujet de vos symptômes et de ceux de la schizophrénie, nous ne pouvons pas vous donner d'avis qui relèverait d'une consultation auprès d'un médecin ou d'un psychologue. Au vu de ce que vous décrivez, nous vous conseillons de consulter et de trouver un soutien psychologique pour traiter vos angoisses et éviter qu'elles ne s'aggravent dans le temps. En effet, les crises d'angoisses, plus elles sont traitées tôt (psychothérapie et/ou éventuellement un traitement), moins elles risquent de s'intensifier ou de glisser vers d'autres troubles.

Nous vous informons de quelques structures qui pourraient vous apporter un soutien et/ou des soins. Les CMP (Centres Médico-psychologiques) proposent des psychothérapies et un soutien gratuitement. Les Point Accueil Ecoute Jeunes ou Maison des Adolescents proposent également un soutien gratuit (sur quelques séances, puis réorientent si besoin). Enfin, dans les CSAPA (Centre de Soins en Addictologie) vous pourrez y rencontrer des médecins, psychologues et travailleurs sociaux et vous confier sur vos prises de drogues et sur les troubles qu'elles ont entraînées. Les consultations restent confidentielles et sont gratuites.

Nous vous proposons 3 adresses ci-dessous qui proposent des « consultations jeunes consommateurs ».

En espérant que vous trouverez les personnes qui pourront vous soutenir et vous aider à adopter un comportement préventif vis-à-vis de votre santé et de votre bien-être à long terme.

Bien cordialement.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :

CSAPA du GRIFFON - ARIA

16 rue Dedieu
69100 VILLEURBANNE

Tél : 04 72 10 13 13
Site web : www.oppelia.fr/etablissement/aria-lyon/
Secrétariat : Lundi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h, mardi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h, mercredi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h , jeudi de 9h30 à 13h et de 17h30 à 19h, vendredi de 9h30 à 13h et de14h 16h

Accueil du public : Lundi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h, mardi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h, mercredi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h , jeudi de 9h30 à 13h et de 17h30 à 19h, vendredi de 9h30 à 13h et de14h 16h
Consultat° jeunes consommateurs : Mardi et mercredi de 14h à 18h, des rendez-vous peuvent être ponctuellement proposés en dehors de ces horaires

Voir la fiche détaillée

CSAPA LYADE - ARHM - LYON

31, rue de l'Abondance
69003 LYON

Tél : 04 72 84 62 00
Site web : lyade.arhm.fr/index.php
Secrétariat : Lundi, mercredi, jeudi et vendredi de 10h à 12h et de 14h à 16h - le mardi de 10h à 12h et de 16h à 18h
Accueil du public : Lundi de 9h à 13h à 18h, mardi de 9h à 13h et de 13h30 à 19h, mercredi de 9h à 13h et de 13h30 à 19h, jeudi de 9h à 13h et de 13h30 à 17h30, vendredi de 9h à 13h et de 13h30 à 17h
Consultat° jeunes consommateurs : Lundi de 13h à 17h30, mardi de 16h à 19h, mercredi de 13h à 19h, jeudi de 14h à 16h, vendredi de 11h30 à 12h30 et de 14h à 17h

Voir la fiche détaillée