

Wer **SUCHT** - der findet!
ADDICTionary



Macht Cannabis süchtig? Was ist eigentlich Mephedron? Gibt es so etwas wie Internetsucht oder Arbeitssucht? Ist Ketamin legal erhältlich?

Gerade in Zeiten der Informationsflut kursieren oft widersprüchliche oder schlicht falsche Informationen rund um das Thema Sucht und Drogen. Die **Übersicht** in diesem „**Informationsdschungel**“ zu bewahren fällt dabei oft nicht leicht.

Das vorliegende „**ADDICTionary**“ streicht sowohl die Besonderheiten, als auch die Vielschichtigkeit der einzelnen Süchte hervor. Behandelt werden sowohl psychoaktive Substanzen als auch Verhaltensweisen, die sich zu einer Sucht entwickeln können. Neben Informationen über die Wirkungsweise und Risiken einzelner Substanzen bzw. Verhaltenssüchte werden mögliche Kurzzeit- und Langzeitfolgen ebenso erklärt, wie Tipps zur Risikoreduktion („**Safer Use**“) und die aktuellen gesetzlichen Bestimmungen.

Die Einteilung der Substanzen in dieser Broschüre in **legale** und **illegale** erfolgte nach dem Österreichischen **Suchtmittelgesetz**. Einige Substanzen die als legal eingestuft sind, unterliegen jedoch **anderen gesetzlichen Bestimmungen**, wie dem Arzneimittel- oder Jugendschutzgesetz. Nur weil eine Droge legal ist, bedeutet dies nicht, dass sie ungefährlich ist.

Der Konsum von Drogen ist immer mit Risiken verbunden. Es ist daher wichtig, über diese Risiken zu informieren. Wer sich trotz gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken dazu entscheidet, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, sollte die **Safer Use Hinweise** beachten. Diese Hinweise sollen dabei helfen, gesundheitliche Schäden möglichst **gering zu halten**. Sie stellen jedoch **keine Aufforderung zum Drogenkonsum** dar.

Wir wollen mit diesem „**ADDICTionary**“ eine Unterlage zur Verfügung stellen, mit der Sie den **Suchtmittelkonsum** besser **einschätzen** und besser damit umgehen können. Außerdem ermöglichen Ihnen die Informationen eigenverantwortlich und mündig mit Ihrer eigenen Gesundheit umzugehen.

Wissen ist ein erster Schritt. Information alleine ist jedoch keine ausreichende Suchtvorbeugung. Aus diesem Grund empfehlen wir, das „**ADDICTionary**“ **nicht als alleinige Informationsquelle** für suchtvorbeugende Aktivitäten und Maßnahmen einzusetzen und verweisen auf unsere vielfältigen **weiterführenden Angebote**.

Die Herausgeber

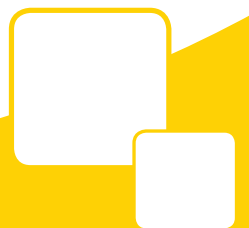
Substanzen

Absinth / Thujon	6
Alkohol	8
Amphetamine / Speed	11
Anabolika / Katabolika / Hormone	14
Benzodiazepine / K.o.-Tropfen	16
Cannabis / Hanf	19
Crack	22
Crystal Meth	24
Ecstasy / Exstasy / XTC	27
Energy Drinks	30
Engelstrompete	31
Fliegenpilz	33
Heroin	35
Ketamin	38
Koffein / Coffein	41
Kokain	42
Lachgas	45
Liquid Ecstasy / GHB	48
LSD	51
Medikamente	53
Mephedron	55
Meskalin	58
Opiate / Opium / Opioide	61
PCP / Angel Dust	64
PMA - Paramethoxyamphetamin	67
Poppers	69
Psilocybin / Zauberpilze	71
Ritalin	74
Salvia Divinorum / Aztekensalbei	76
Schnüffelstoffe	78
Snus	80
Spice / Kräutermischung	81
Stechapfel	84
Tabak	86
Tollkirsche	88
Wasserpfeife / Shisha	90

Verhaltenssüchte

Anorexia nervosa	93
Arbeitssucht	95
Binge-Eating-Disorder	97
Bulimia nervosa	99
Glücksspielsucht	101
Internetsucht / Onlinesucht	103
Kaufsucht	106
Sexsucht	108

Substanzen





Absinth wird aus Wermut und anderen Kräutern nach einer bestimmten Mixtur destilliert. Der Hauptwirkstoff des hochprozentigen, alkoholischen, bitter schmeckenden **Kräuterlikörs** ist das Heilkraut **Wermut** (*Artemisia absinthium*).

Das blaugrünlich bis braune, zähflüssige, ätherische Öl dieser Pflanze enthält das **Nervengift Thujon**.

Aus medizinischer Sicht ist Thujon eine wenig erforschte Substanz, die Krampfanfälle hervorrufen kann und giftig auf Nerven, Nieren und Magen wirkt.

Die EU hat 1998 ihr Spirituosengesetz vereinheitlicht und seither ist Absinth mit der Auflage von einem maximalen Thujongehalt von 35 mg pro Liter in allen EU Ländern erlaubt. Wie alle anderen alkoholhaltigen Produkte kann Absinth legal erworben werden, sofern bei Jugendlichen das **Mindestalter** für den **Erwerb** erfüllt wird.

Aufnahme / Wirkungsdauer

Absinth kann pur aber auch verdünnt konsumiert werden. Das Trinken von Absinth folgt oft einem Ritual, bei dem ein Löffel mit Zucker kurz in das Getränk getaucht und der getränkte Zucker danach entzündet wird.

Wirkung / Rausch

Neben einer euphorisierenden, berausenden und anregenden Wirkung, kann Absinth zu einem gesteigerten Farbempfinden sowie – in größeren Mengen – zu Halluzinationen und psychischen Problemen führen. Konsumierende berichten bereits nach wenigen Drinks von einem leicht schwebenden Zustand und einer Verstärkung der Sinneswahrnehmung. Der Gemütszustand ist ausgelassen, erregt und euphorisch. Rededrang, Ent-hemmung, ein starkes Hungergefühl und aphrodisierende Wirkung werden berichtet.

Abbau

Der Abbau des Alkohols findet vorwiegend in der Leber statt. Ein sehr geringer Anteil des aufgenommenen Alkohols wird nicht verstoffwechselt, sondern direkt über Urin, Atem und Schweiß ausgeschieden. Die Abbau-geschwindigkeit beträgt konstant zwischen 0,1 und 0,2 Promille pro Stunde. Bei Alkoholabhängigen wurden teils höhere Abbaugeschwindigkeiten von bis zu 0,35 Promille pro Stunde festgestellt.



Körperliche Wirkung / Risiken

Der Absinthrausch bringt am nächsten Morgen einen schlimmen Kater mit sich.

Eine Überdosierung löst bei einem erwachsenen Menschen Krämpfe, Empfindungslosigkeit und Verwirrung aus. Vorher machen sich Schwäche, Schwindel und Zittern in den Beinen bemerkbar. Des Weiteren tritt ein Kribbeln und schmerzhaftes Ziehen in den Gliedmaßen auf. Neben epileptischen Anfällen kann es zu Halluzinationen kommen. Diese Krämpfe können schwere gesundheitliche Schäden nach sich ziehen und zum Tode führen.

Die hauptsächlichen und **gesundheitsschädlichen Nebenwirkungen** stehen im Zusammenhang mit dem **hohen Alkoholgehalt** von Absinth.

Ärzte warnen vor übermäßigem Konsum, da der Inhaltsstoff Thujon bisher wenig erforscht ist.

Langzeitfolgen

Die Langzeitfolgen des Absinthkonsums sind noch **nicht eindeutig** erforscht. Bei Konsum überdurchschnittlicher Mengen über einen längeren Zeitraum können jedoch Wirkungen wie Zittern, Empfindungsstörungen und eventuell auch Krämpfe auftreten. Durch den hohen Anteil an **Alkohol** im Absinth sind **Schädigungen** durch diesen sehr viel wahrscheinlicher und es besteht die Gefahr eine **Alkoholabhängigkeit** zu entwickeln.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, Absinth zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – beispielsweise mit Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Es sollte nur auf Absinth **namhafter Hersteller** zurückgegriffen werden, da unseriöse Händler oft billigen Absinth zum Kauf anbieten, der gesundheitsschädlich sein kann.
- Absinth sollte **nicht** auf **nüchternen Magen** konsumiert werden.
- Man sollte immer etwas **weniger trinken, als man eigentlich verträgt**. Nie mehr als ein Glas eines alkoholischen Getränks pro Stunde.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollte **kein Absinth** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sich die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration sind unter dem Einfluss von Alkohol **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden. Schwangere sollten Abstand von wermuthaltigen Getränken nehmen, da die enthaltenen Kräuterauszüge des Wermuts den Unterleib stark stimulieren und zu Früh- oder Fehlgeburten führen können.



Alkohol ist ein Produkt aus vergorenen Frucht- und Getreidesorten. Daraus werden Getränke mit unterschiedlich hohem Alkoholanteil gewonnen. Bei manchen Produkten wird der Alkoholgehalt durch Destillation teils deutlich erhöht (bis zu 80 Prozent Vol.). Der Wirkstoff ist Ethylalkohol, ein giftiger Kohlenwasserstoff.

Alkohohlhaltige Produkte können legal erworben werden, sofern das **Mindestalter** für den **Erwerb** erfüllt wird.

Aufnahme / Wirkungsdauer

Alkohol wird oral in Form von Getränken konsumiert und über die Mundschleimhaut, den Magen und Dünndarm aufgenommen. Das Maximum der Blutalkoholkonzentration – gemessen in Promille – wird innerhalb von etwa 30 bis 75 Minuten erreicht.

Wie viel Alkohol vom Körper aufgenommen wird, hängt von mehreren Faktoren ab: Alkoholmenge, Gewöhnung, Trinkgeschwindigkeit, Körpergewicht und das Geschlecht spielen eine Rolle.

Frauen haben einen geringeren Körperwasseranteil als Männer, sodass sie schneller betrunken werden. Außerdem wird Alkohol auf nüchternen Magen schneller aufgenommen, als wenn man gerade gegessen hat.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Alkohol wirkt in kleinen Mengen enthemmend, euphorisierend, angstlindernd und beruhigend. In größeren Mengen **erhöht** er die **Risikobereitschaft**, teilweise die Aggressivität und ist schlafanregend und schmerzlindernd. Es kann zu motorischen und kognitiven Störungen kommen, – bis hin zur Unfähigkeit sich fortzubewegen oder sich zu artikulieren. Reaktions- und **Konzentrationsvermögen**, sowie die Kritikfähigkeit **sinken**. Durch übermäßigen Alkoholkonsum kann es zu einer **komatösen Bewusstlosigkeit** kommen, die zum Tod führen kann. Bei regelmäßigem Alkoholgenuß lässt die Wirkung nach. Es kommt zu einer **Toleranzentwicklung** durch die mehr konsumiert werden muss, um einen Rauschzustand herbeizuführen.

Abbau

Der Abbau des Alkohols findet vorwiegend in der Leber statt. Ein sehr geringer Anteil des aufgenommenen Alkohols wird nicht verstoffwechselt, sondern direkt über Urin, Atem und Schweiß ausgeschieden. Die Abbaugeschwindigkeit beträgt konstant zwischen 0,1 und 0,2 Promille pro Stunde. Bei Alkoholabhängigen wurden teils höhere Abbaugeschwindigkeiten von bis zu 0,35 Promille pro Stunde festgestellt.



Körperliche Wirkung / Risiken

Kopfschmerzen, Übelkeit, allgemeine Schwäche und Lichtempfindlichkeit zählen zu den typischen Folgen übermäßigen Alkoholkonsums, die umgangssprachlich als „Kater“ bezeichnet werden.

Katersymptome sind bei gleicher Alkoholmenge bei verschiedenen Menschen unterschiedlich stark ausgeprägt.

Alkohol erweitert die Blutgefäße und simuliert der Konsumentin/dem Konsumenten ein falsches Wärmegefühl, sodass es leicht zu **Unterkühlungen** kommen kann. Durch übermäßigen Alkoholkonsum – umgangssprachlich oft als „Komasaufen“ bezeichnet – kann es zu einer **komatösen Bewusstlosigkeit** kommen (Verflachung der Atmung, geringer Puls, unkontrollierte Ausscheidungen), die **tödlich** enden kann. Es ist auch möglich, dass die/der PatientIn an Erbrochenem erstickt oder gar nicht mehr in der Lage ist zu erbrechen. Erbrechen ist eine Abwehrreaktion des Körpers, um das Gift (den Alkohol) zumindest aus dem Magen zu bekommen.

Durch die erhöhte Risikobereitschaft, wegen erhöhter Selbstüberschätzung und verminderter Reaktionsfähigkeit steigt die **Unfallgefahr**. Bei einigen Konsumentinnen und Konsumenten kann es zu einem gesteigerten Aggressivitätspotential kommen. Die Neigung zu leichtsinnigen Verhaltensweisen kann dazu führen, dass es zu sexuellen Handlungen kommt, die hinterher womöglich bereut werden. Zudem wird unter Alkoholeinfluss häufig auf die Verhütung vergessen; ungewollte Schwangerschaften und die Ansteckung mit sexuell übertragbaren Krankheiten können die Folge sein.

Langzeitfolgen

Körperliche Schäden, sowie die Entwicklung einer physischen und psychischen **Abhängigkeit**, sind bei regelmäßigem Konsum die Regel.

Alle **Organsysteme** können **irreversibel geschädigt** werden, da Alkohol den Körperzellen Wasser entzieht. Verminderung des Tastsinns an den Händen, Lähmungen in den Beinen und Gangunsicherheit, meist durch das Absterben von Zellen im Kleinhirn, sind die Folgen. Konzentrationsfähigkeit und intellektuelle Fähigkeiten lassen nach und es kann zum Auftreten von wahnhaften und psychoseähnlichen Zuständen (Eifersuchtswahn, Verfolgungswahn, etc.) kommen. Ebenfalls kann es zur Ausbildung einer Fettleber mit anschließender Zirrhose kommen (die Leber wird hart und kann den Körper nicht mehr entgiften). Bei langjährigem Alkoholismus ist die Leberzirrhose die häufigste Todesursache. Das Krebsrisiko ist drastisch erhöht.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, Alkohol zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – beispielsweise mit Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Es sollte immer nur **eine Sorte** Alkohol getrunken werden.
Alkohol sollte **nicht** auf **nüchternen Magen** konsumiert werden.
- Man sollte immer etwas **weniger trinken, als man eigentlich verträgt**. Nie mehr als ein Glas eines alkoholischen Getränks pro Stunde.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollte **kein Alkohol** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sich die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration sind unter dem Einfluss von Alkohol **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Alkoholkonsum verzichtet werden.

illegal



Amphetamine sind **synthetisch** hergestellte Drogen, die zur Gruppe der **Aufputzmittel** gehören und deren Wirkung in erster Linie aufputschend und stimulierend ist. Amphetamin ist ein Überbegriff für Amphetamin und Methamphetamin. Speed ist – neben anderen Szenenamen – eine Bezeichnung für Amphetamine und Methamphetamine. Methamphetamine wirken ähnlich wie Amphetamine, jedoch länger und stärker. Amphetamine werden meist illegal in privaten Labors aus verschiedenen Grundstoffen hergestellt und in der Regel als weißes oder gelbliches Pulver, als Pille oder als Kapsel am Schwarzmarkt angeboten.

Die Substanz kommt in **unterschiedlicher Qualität**, Zusammensetzung und Stärke auf den Markt, was eine **Abschätzung der Wirkung** für Konsumierende **schwer** macht. Neben der Gefahr der **Überdosierung** können Verunreinigungen und Beimischungen Vergiftungen verursachen.

Szenenamen

Arbeiterkoks, Black Beauty, Cappies, Crank, Crystal, Free Base Speed, Ice, Line, Pep, Peppers, Pink, Power, Speed, Uppers, „Vitamin A“

Aufnahme / Wirkungsdauer

Abhängig von der Erscheinungsform können Amphetamine geschluckt, geraucht, gesniffelt oder intravenös konsumiert werden.

Die Wirkung hält ca. acht bis zwölf Stunden an; in Ausnahmefällen auch länger.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Amphetamine wirken antriebssteigernd, appetitzügelnd, schmerzhemmend und müdigkeitsunterdrückend. Das Selbstwertgefühl wird erhöht, ebenso der Rededrang und die Spontanität. Es entsteht ein **subjektiver Eindruck** von **gesteigerter** geistiger **Leistungsfähigkeit** und Kreativität. Weiters sind mangelnde Kritikfähigkeit und höhere Risikobereitschaft zu beobachten. Hunger, Durstgefühl und Müdigkeit werden unterdrückt.

Abbau

Beim oralen Konsum werden Amphetamine über den Magen-Darm-Trakt aufgenommen und dann unregelmäßig im Körper verteilt. Die höchste Konzentration findet sich in Niere, Lunge, Leber und im Gehirn. Nach dem Abbau in der Leber werden Amphetamine als wasserlösliche Säure im Urin ausgeschieden.

Ca. 90 Prozent der aufgenommenen Droge werden innerhalb von drei bis vier Tagen ausgeschieden. Die Ausscheidungsmenge ist vom PH-Wert des Urins abhängig. Bei zu langer Lagerung der entnommenen Urinproben können durch Fäulnis falsch positive sowie falsch negative Befunde entstehen.



Körperliche Wirkung / Risiken

Amphetamine aktivieren das Herz-Kreislauf-System und führen somit zu Herzrasen, steigendem Puls und Blutdruck, Störung des Herzrhythmus und **gefährlicher Überhitzung**. Die Gefahr für Schlaganfälle und Herzinfarkte ist hoch. Auch akute Halluzinationen, bei denen die Betroffenen den Eindruck haben, Läuse oder Wanzen laufen über ihre Haut, sind möglich.

Bei Überdosierung kann es zu Zittern, Brechreiz, hoher Temperatur, Hirnblutungen mit plötzlichen halbseitigen Lähmungen, starken Kopfschmerzen, Bewusstlosigkeit und Herzstillstand kommen. Besonders bei hohen Dosen kann sich eine Psychose entwickeln, die von paranoiden **Wahnvorstellungen** und Angstzuständen geprägt ist.

Langzeitfolgen

Amphetamine haben ein **hohes Abhängigkeitspotential**. Es ist mit einer **Toleranzentwicklung** zu rechnen, die eine Dosissteigerung mit sich bringt.

Bei chronischem Amphetaminmissbrauch kommt es zur Ausbildung von Stereotypen (sich ständig wiederholende Handlungen bzw. Gedanken), Gedächtnis- und Konzentrationsproblemen und es ist mit bleibenden Hirnschäden zu rechnen. Häufig sind nach Langzeitgebrauch Hektik, Realitätsverlust, Persönlichkeitsveränderungen und paranoide Wahnvorstellungen festgestellt worden. Die Gefahr von Schlaganfällen und Herzinfarkten steigt. „Speedpickel“ können sich bilden, die durch Kristalle entstehen, die sich unter der Haut ablagern.

Bei Konsumentinnen

kann es zu Unregelmäßigkeiten der Menstruation bis zum Aussetzen selbiger kommen. Bei ungeborenen Kindern kann der Konsum der Mutter Missbildungen des Ungeborenen (Lippenspalte, Herz-, Wirbelsäulen-, Rückenmarksmisbildung) hervorrufen.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.

Anabolika / Katabolika / Hormone

VERSCHREIBUNGSPFLICHTIG

legal



Mit dem Begriff Anabolika werden umgangssprachlich **künstlich** hergestellte **Substanzen** bezeichnet, die eine **muskelaufbauende Wirkung** haben. Sie werden oft im Doping und beim Bodybuilding verwendet. Anabole Steroide (Anabolika) sind eiweißaufbauende Hormonpräparate, während katabole Steroide (Katabolika) den Stoffwechsel beeinflussen und fördern.

Anabolika fallen unter das Arzneimittelgesetz und sind daher **verschreibungspflichtig**. Die Anwendung ohne Verschreibung eines Arztes und ohne eines vernünftigen medizinischen Nutzens ist illegal.

Aufnahme / Wirkungsdauer

Alle Präparate der anabolen und katabolen Steroide werden per Injektion verabreicht oder oral eingenommen.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Die gewünschte Wirkung von Anabolikapräparaten ist der Muskel- und Kraftaufbau, sowie Fettverbrennung und Entwässerung.

Bei der Einnahme bekommt man enorme **Kraftschübe**, die man teils kaum kontrollieren kann. Auch eine erhöhte Euphorie wird von den Konsumentinnen und Konsumenten oft beschrieben. Durch die Einnahme der Hormone werden **Eigenschaften** wie Aggressivität, Reizbarkeit, Sexualtrieb **gesteigert**.



Körperliche Wirkung / Risiken

Die sichtbarste aller Nebenwirkungen ist die „**Steroid Akne**“, die sich durch wulstige Beulen kennzeichnet. Durch falsche Injektionsanwendung können sich Abszesse bilden. Kurzatmigkeit, erhöhte Schweißproduktion und ständiger Hunger sind weitere Nebenwirkungen. Außerdem ist eine erhöhte **Anfälligkeit für Infektionen** zu beobachten. Weitere Nebenwirkungen, die auftreten können, sind: Depressionen, Gewaltausbrüche, Gynäkomastie (weibliche Brustbildung bei Männern), Haarausfall, Herzwachstum, Unfruchtbarkeit. Bei Konsumentinnen sind eine „**Ver-männlichung**“, tiefere Stimme und Menstruationsunregelmäßigkeiten zu beobachten.

Langzeitfolgen

Bei regelmäßiger Anwendung kann sich neben der psychischen auch eine körperliche Abhängigkeit entwickeln. Da der Herzmuskel enorm mitwächst, ist das Risiko eines Herzinfarkts höher. Durch die Verkalkung der Arterien steigt das Risiko eines Schlaganfalls. Da ein Großteil der anabolen Steroide über die Leber abgebaut werden, sind Leberschäden und ein Krebsbefall von Leber oder Prostata keine Seltenheit. Der Nachteil bei der Einnahme von Wachstumshormonen ist, dass nicht nur die gewünschten Muskelpartien wachsen, sondern auch andere, wie zum Beispiel das Kiefer. Da die Zähne nicht mitwachsen, entstehen typische Zahnlücken. Eine weitere Gefahr besteht bezüglich des Blutzuckers. Durch die Einnahme von Wachstumshormonen entsteht ein zusätzlicher Bedarf an Insulin im Körper, der durch Ernährung allein nicht gedeckt werden kann. Es muss **zusätzlich Insulin gespritzt** werden. Dadurch kann Diabetes entstehen – lebenslang sind Insulininjektionen nötig. Bei noch im Wachstum befindlichen Jugendlichen kann die Einnahme anaboler Steroide das Ende des Knochenwachstums bedeuten.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, Anabolika einzunehmen, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die Einnahme sollte nur unter **ärztlicher Aufsicht** geschehen.
- Eine **ausreichende Ernährung** ist unerlässlich. Vitamin-, protein-, und kohlenhydratreichen Getränken und Speisen sollte der Vorrang gegeben werden.
- Mehrere **kleinere Mahlzeiten** (sechs) sind sinnvoll, da der Körper auf Grund der großen Muskelmasse mehr Energie benötigt.
- Viele Präparate sind Fälschungen und die Wirkung der Inhaltsstoffe nicht abschätzbar. Es empfiehlt sich daher, nur **Präparate aus der Apotheke** zu verwenden.

Benzodiazepine / K.o.-Tropfen

VERSCHEIBUNGSPFLICHTIG

legal



Benzodiazepine sind schlaffördernde und stark betäubende **verschreibungspflichtige Medikamente**, die ein hohes körperliches und psychisches **Abhängigkeitspotential** haben. Sie werden aufgrund ihrer **entspannenden Wirkung** auch als Tranquilizer (engl. to tranquilize = beruhigen) bezeichnet. Ursprünglich fanden sie Anwendung in der Narkosemedizin, bis heute werden sie in der Medizin bei Symptomen wie Angst, Depressionen, Unruhe, Wahn, Halluzinationen oder Schlaflosigkeit verwendet. Benzodiazepine gehören zu den am häufigsten verschriebenen Medikamenten. Die bekanntesten Vertreter sind Rohypnol und Valium.

Werden Medikamente ohne medizinische Indikation oder in höheren als den verordneten Dosen eingenommen, spricht man von einem **missbräuchlichen Gebrauch**.

Achtung! Oft wird Rohypnol für Raub- und Sexualdelikte missbraucht. Es löst sich vollständig in Flüssigkeiten auf, weshalb es zur Betäubung von Opfern benutzt wird. Umgangssprachlich werden sie als **K. o.-Tropfen** bezeichnet.

Man sollte Getränke auf einer Veranstaltung nie unbeaufsichtigt lassen und nur Getränke annehmen, die direkt vom Bar-Personal kommen oder in einer Flasche bzw. in Dosen serviert werden. In Verdachtsfällen umgehend die Polizei verständigen.

Szenenamen

Benzos, Roofies, Dias und die Handelsnamen der einzelnen Medikamente wie Rohypnol, Valium, Faustan, etc.

Aufnahme / Wirkungsdauer

Meist in Form von Tabletten, welche geschluckt (zerkleinert bzw. aufgelöst), geschnitten oder gespritzt werden.

Benzodiazepine wirken innerhalb von 20 Minuten bis einer halben Stunde, die Wirkung hält vier bis zwölf Stunden lang an.

Wirkung / Rausch

Benzodiazepine haben vor allem eine angstlindernde und **beruhigende Wirkung**. Bedrohliches wandelt sich in eine leicht verkraftbare Unwichtigkeit, Unruhe verschwindet und Furcht vergeht.

Schläfrigkeit, Verwirrtheit, mangelnde Urteilsfähigkeit und eine Beeinträchtigung der Motorik sind zu beobachten. Konsumentinnen und Konsumenten wirken wie betrunken (langsames Reden und schwankendes Gehen). Manche Konsumierende werden bewusstlos, der Herzschlag verlangsamt sich und der Blutdruck fällt ab.

Abbau

Benzodiazepine werden vom Körper abgebaut und sind ein bis drei Tage im Urin und einige Stunden bis Tage im Blut nachweisbar.



Körperliche Wirkung / Risiken

Insbesondere bei höherer Dosierung treten **Nebenwirkungen** auf. Dazu gehören Müdigkeit, Mattheit, Benommenheit und Konzentrationsstörungen sowie Niedergeschlagenheit und Gedächtnislücken. Zudem zeigen sich Störungen in den Bewegungsabläufen, Schwindel und Muskelschwäche, was die Sturzgefahr erhöht. Weitere Nebenwirkungen sind eine langsame oder verwaschene Sprache, Sehstörungen, Übelkeit, Durchfall, Mundtrockenheit, gesteigerter Appetit, verlangsamte Atmung und Blutdruckabfall.

Die **gleichzeitige Einnahme** mit **anderen**, ebenfalls einschläfernd wirkenden **Substanzen** wie Alkohol, Barbituraten oder bestimmten Antidepressiva, kann die dämpfende **Wirkung** der Benzodiazepine in fataler Weise **erhöhen**. Ein Atem- und Herzstillstand kann schließlich die Folge sein. Bei Schwangeren ist eine Schädigung des Ungeborenen nicht auszuschließen.

Langzeitfolgen

Bei langfristiger Einnahme kann es zu gesundheitlichen Problemen kommen. Hierzu zählen Leberschäden, Schlafstörungen, Abstumpfung, erhöhte Reizbarkeit, psychoartige Zustände wie Verfolgungswahn, Konzentrations- und Merkfähigkeitsschwierigkeiten, körperliche Abgeschlagenheit sowie verminderte Kritikfähigkeit, d. h. die Betroffenen nehmen Veränderungen an sich selbst kaum noch wahr.

Es tritt rasch eine Toleranzentwicklung ein, mit der Gefahr, dass sich eine psychische und körperliche Abhängigkeit entwickelt.

Je schwerer der Konsum war, desto ausgeprägter zeigen sich beim Absetzen Entzugssymptome. Wichtig ist, dass Benzodiazepine nicht schlagartig abgesetzt werden dürfen. Eine ärztliche Überwachung ist unbedingt angeraten. Die Entzugssymptome ähneln oft den ursprünglichen Beschwerden, die zur Einnahme der Medikamente geführt haben.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.

illegal



Cannabis wird aus der Hanf-Pflanze (*Cannabis indica* oder *Cannabis sativa*) hergestellt und enthält den psychoaktiven Wirkstoff THC (Tetrahydrocannabinol).

Die getrockneten Blütenblätter, Stängel und Blätter der Pflanze bezeichnet man als Marihuana. Das getrocknete Harz aus den Drüsenhaaren der Pflanze wird als Haschisch bezeichnet und ist in der Regel fünfmal wirksamer als Marihuana. Zusätzlich gibt es noch das sehr seltene Haschischöl (konzentrierter Auszug des Harzes).

Nur die weiblichen Pflanzen enthalten genügend THC um einen Rausch zu erzeugen. Der Wirkstoffgehalt kann aber je nach Anbaugesicht, -methode und Verarbeitung stark schwanken.

THC wird (hier jedoch oft synthetisch hergestellt) in der Medizin als appetitanregendes und schmerzlinderndes Mittel zur Behandlung von Krebserkrankungen, Multipler Sklerose oder Spastiken verwendet.

Szenenamen

Bon, Bendsch, Brown, Dope, Gage, Gras, Grass, Hasch, Haschisch, Kiff, Kraut, Grünes, Gunjah, Maconha, Marijuana, Mary Warner, Muggles, Piece, Pot, Riefer, Shit, Skunk, Stoff, Tea, Weed, Wood

Die einzelnen Haschischsorten werden meistens nach ihrem Herkunftsland bezeichnet, wie z. B. Schwarzer Afghane, Roter Libanese, usw.

Aufnahme / Wirkungsdauer

Sowohl Haschisch als auch Marihuana werden mit Tabak vermischt und als Joint geraucht. Dabei wird das zerbröselte Haschisch oder Marihuana meist mit Tabak vermengt und zu einer Zigarette gedreht. Darüber hinaus werden Cannabisprodukte über verschiedene Sorten von Pfeifen geraucht oder mit Nahrungsmitteln vermengt und z. B. als Kekse verbacken und gegessen („Spacekekse“).

Beim Rauchen von Cannabis tritt die Wirkung in wenigen Minuten ein und hält ca. zwei bis drei Stunden an. Beim Verzehr dagegen kann die Wirkung erst nach einer halben bis zu zwei Stunden eintreten. Je nach Füllzustand des Magens dauert der Rausch bis zu fünf Stunden an. Eine Überdosierung ist beim Verzehr wegen der schlechten Steuerbarkeit des Rauschzustandes wahrscheinlicher.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Cannabis wirkt entspannend. Es regt den Appetit an und **verstärkt die vorherrschende Gefühlslage**. Neben großer Gelassenheit kann die Stimmung auch in grundlose Heiterkeit umschlagen. Mehrere Gefühle können gleichzeitig bestehen. Akustische und visuelle Sinneswahrnehmungen können intensiviert werden. Das Zeiterleben wird verändert (meist Verlangsamung) und das logische Denken ist gestört. So kann z. B. der Beginn einer Unterhaltung vergessen werden. Auch konzentriertes Lesen oder Gesellschaftsspiele fallen schwer.

Panikreaktionen und Verwirrtheit mit Verfolgungsphantasien bis hin zu paranoiden Wahnvorstellungen sind ebenfalls möglich.

Abbau

THC wird in gut acht Stunden über den Darm, die Niere und oxidativ über die Leber abgebaut. Da THC schwer wasser-, aber sehr gut fettlöslich ist, lagern sich die nicht psychoaktiven Reststoffe im Fettgewebe des Körpers ein und sind **noch längere Zeit nachweisbar**. Durch Haaranalysen lassen sich THC bis zu sechs Monate nachweisen. Wird Cannabis einmalig eingenommen ist ein Nachweis bis zu zwölf Tage später möglich. Nach höherem (oralem) oder regelmäßigem Gebrauch kann Cannabis auch bis zu vier Wochen lang nachweisbar sein.



Körperliche Wirkung / Risiken

Das psychische **Abhängigkeitspotential** ist **mittelgradig**. Am ehesten vergleichbar mit Alkohol. Eine körperliche Abhängigkeit ist nicht eindeutig nachgewiesen, wird aber vermutet. Wahnhafte Störungen sind selten, können aber vereinzelt einige Tage lang anhalten. Bei manchen Personen können durch Überdosierung oder Genuss einer sehr starken Sorte drogeninduzierte Psychosen ausgelöst werden.

Augenrötung ist eine fast sichere körperliche Wirkung, aber auch Herzrasen, Mundtrockenheit, Übelkeit, Bewegungsunruhe und gesteigerte Hungergefühle können auftreten. Meist erfolgt eine schlafanstoßende Müdigkeit, manche Personen werden aber auch unruhig und rastlos. Da die Aufmerksamkeit und das Reaktionsvermögen durch den Cannabiskonsum beeinträchtigt werden, sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.

Langzeitfolgen

Die **Langzeitfolgen** von regelmäßigem Cannabiskonsum werden derzeit in der Forschung **kontroversiell** diskutiert. Bei einem dauerhaften Konsum kann sich aber eine **psychische Abhängigkeit** entwickeln und es können Entzugerscheinungen auftreten. Die Betroffenen haben das Gefühl, nicht mehr ohne Cannabis „zurecht“ zu kommen. Beim häufigen Gebrauch nimmt die Wirkung ab (**Toleranzentwicklung**).

Folgende **Langzeitfolgen** werden diskutiert, sind jedoch **nicht eindeutig bestätigt**:

Es liegen keine gesicherten Erkenntnisse über Hirnschädigungen vor. Die Ergebnisse einer Meta-Analyse bestätigen, dass auch ein dauerhafter Cannabiskonsum, anders als früher vermutet, kaum Einbußen hinsichtlich der Hirnleistungen zur Folge hat (wie z. B. in den Bereichen Konzentration, Aufmerksamkeit). Jedoch zeigen sich bei Dauerkonsumentinnen und -konsumenten etwas **schlechtere Lern- und Gedächtnisleistungen** bzw. Defizite in der Merkfähigkeit und Reaktionsgeschwindigkeit.

Prinzipiell belasten alle inhalierten Fremdstoffe die Atemwege. Cannabisrauch enthält mehr Teer bzw. **krebs-erregende Stoffe** als eine vergleichbare Menge Tabakrauch. Ein gehäuftes Auftreten von Bronchitis, Entzündungen der Nasen- und Rachenschleimhaut sowie Krebserkrankungen konnten festgestellt werden.

In einigen Studien fanden sich Hinweise darauf, dass die Sexualfunktion bei Männern erniedrigt und der Menstruationszyklus bei Frauen gestört wird. Insgesamt weisen die Ergebnisse aber darauf hin, dass sich diese Veränderung nach einiger Zeit der Konsumabstinenz wieder normalisieren.

Langzeitfolgen

Je nachdem, in welchem Maße psychosoziale Risikofaktoren vorliegen, kann eine Person mehr oder weniger gefährdet sein, eine Abhängigkeit zu entwickeln. So geht man etwa davon aus, dass psychische Probleme, wie beispielsweise Depressionen, das Risiko erhöhen, Cannabis im Sinne einer „Selbstmedikation“ zu missbrauchen. Ob Cannabis dauerhafte Psychosen auslösen kann, ist nicht eindeutig geklärt. Man geht heute davon aus, dass es keine eigenständige Cannabis-Psychose gibt, sondern in solchen Fällen das Krankheitsbild der Schizophrenie vorliegt.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.



Crack ist **Kokain**, das durch einen chemischen Prozess eine intensivere Wirkung bekommt. Durch seine enorme Reinheit ist es gefährlicher als „normales“ Kokain. Crack sieht aus wie kleine, weiß bis hellgelbe (manchmal auch zart pinke) Steinchen und variiert von Sandkorn- bis zu Kieselsteingröße.

Durch die enorme und kurze Wirkung der Droge und das **darauffolgende unglaubliche Tief** ist das psychische und körperliche **Abhängigkeitspotential** von Crack **höher** als bei anderen Drogen.

Szenenamen

Steine, Cracker, Rocks

Aufnahme / Wirkungsdauer

Crack wird als Zigarette oder in einer Pfeife geraucht, wobei ein knackendes Geräusch entsteht. Daher auch der Name. Es wird relativ schnell vom Körper aufgenommen und wirkt innerhalb von wenigen Sekunden. Die Wirkung hält fünf bis 15 Minuten an, was zu einem starken Verlangen nach einem neuen Rausch führt.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Crack wirkt angstlösend und erhöht die Kontaktfreudigkeit. Die Konsumentinnen und Konsumenten fühlen sich euphorisch und voller Energie. Denkabläufe verlaufen schneller und eine Hebung des Sexualtriebes, des Selbstwertgefühls und der Stimmung ist zu beobachten. Akustische und (seltener) optische Sinnestäuschungen treten auf. Das Hungergefühl ist gedämpft. Die Neigung zu Gewalttätigkeit soll unter Einfluss von Crack deutlich höher sein als bei anderen Drogen. Bei akuter Drogenwirkung kann es zu Verfolgungswahn und Angstzuständen kommen.

Nach der **aufputschenden Wirkung** ist man niedergeschlagen, depressiv. Bei entsprechend vorbelasteten Personen ist die Verstärkung von Selbstmordgedanken zu beobachten. Oft wird man auch gereizt und aggressiv oder zittert am ganzen Körper.

Abbau

Crack wird fast vollständig in der Leber abgebaut, ein Teil der Droge wird über die Niere ausgeschieden. Ein geringer Teil der Droge wird unverändert im Urin ausgeschieden. Das **Runterkommen** von Crack ist **extrem anstrengend**, körperlich belastend und kann tagelang dauern. Die **Entzugerscheinungen** sind kaum auszuhalten und führen dazu, dass wiederholt Crack konsumiert wird.

Crack wird wie Kokain in fast allen Standard-Schnelltests überprüft und ist ca. zwei bis vier Tage nach der letzten Einnahme nachweisbar. Mittels Haaranalysen kann Crack noch bis zu 90 Tage nach der letzten Einnahme nachgewiesen werden.



Körperliche Wirkung / Risiken

Folgende körperliche Wirkungen können auftreten: Angstzustände, Psychosen, Herzrasen, Pupillenerweiterung, Blässe, Krampfanfälle, Koordinationsstörungen, Blutdruckerhöhung, Erhöhung der Körpertemperatur, Störungen der Herzfunktion bis hin zu Herzversagen, Hirnödeme und Schlaganfälle mit halbseitigen Lähmungen.

Langzeitfolgen

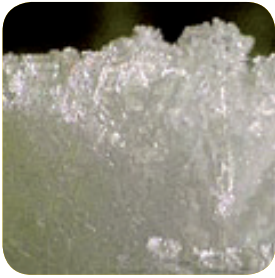
Nach längerem Konsum sind neben körperlichen Wirkungen wie Abmagerung, Appetitlosigkeit und Lungenschäden auch psychische Folgen wie Verzweiflung, Vereinsamung und wahnhaftige Psychosen zu beobachten. Leber, Herz und Gehirn werden erheblich geschädigt. Herz- und Hirninfarkte sowie Krampfanfälle sind nicht selten. Auch bei sporadischem Gebrauch sind tödliche Komplikationen nicht auszuschließen.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.



Crystal Meth ist der Szenename für Methamphetamine und gehört somit zur Gruppe der **Amphetamine**. Es ist ein weißes (z. T. auch eingefärbtes), geruchloses, bitter schmeckendes, kristallines Pulver. Crystal Meth bewirkt – wie alle anderen Amphetamine auch – die Freisetzung körpereigener Botenstoffe (darunter etwa Noradrenalin).

Bis in die Vorkriegszeit wurde es unter dem Namen Pervitin als Psychopharmaka vertrieben. Während des Zweiten Weltkrieges wurde Crystal Speed von Soldaten der deutschen Wehrmacht oft als (angeordneter) Wachmacher zur Leistungssteigerung konsumiert.

Szenenamen

Crystal, Pulver, Glass, Hard Pep, Crystal Ecstasy, Crystal Speed und alle gängigen Synonyme für Amphetamine

Aufnahme / Wirkungsdauer

Das pulverförmige, leicht kristalline Rauschmittel wird meistens durch ein dünnes Papierröhrchen geschnitten. Die Droge wird auch in Tablettenform angeboten, aufgelöst in Wasser intravenös gespritzt und zunehmend auch geraucht (Pfeife).

Wie schnell die Wirkung eintritt, hängt von der Art des Konsums ab. Während der Rausch beim Sniefen nach ungefähr fünf Minuten eintritt, dauert es bei der oralen Einnahme ca. dreißig Minuten. Die Wirkungsdauer beträgt zwischen vier bis 12 Std., bei sehr hoher Dosis bis zu 30 Stunden.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Es werden Adrenalin, Noradrenalin und Dopamin freigesetzt, was dem Organismus eine Gefahrensituation vortäuscht und unter Dauerstress setzt. Die körperliche Leistungsbereitschaft steigt, verbunden mit Anzeichen von Unruhe, einem Anstieg von Blutdruck und Körpertemperatur, der Erhöhung von Herz- und Atemfrequenz sowie einer Erweiterung der Pupillen. Warnsignale, wie z.B. Hunger, Durst, Schmerzempfinden und Müdigkeit, werden unterdrückt bzw. nicht mehr wahrgenommen. Psychische Wirkungen sind starke Euphorie, ein übersteigertes Selbstbewusstsein bis hin zu Größenwahn, verbunden mit einer erhöhten Risikobereitschaft und Enthemmung sowie einem gesteigerten Kontakt- und Rededrang sowie einer stark gesteigerten sexuellen Lust und Ausdauer, bei längerfristigem Konsum jedoch eher Erektionsstörungen.

Viele Konsumentinnen und Konsumenten berichten auch von einem oft auftretenden Kribbeln unter der Haut, was bei **Extremzuständen** während des Rausches oft mit dem Gefühl verglichen wird, man habe krabbelnde Insekten unter der Haut.

Abbau

Crystal Meth wird im Darm fast vollständig aufgenommen und dann unregelmäßig im Körper verteilt. Die höchste Konzentration befindet sich im Fettgewebe. Nach enzymatischem Abbau in der Leber werden Amphetamine als wasserlösliche Säure im Urin ausgeschieden. Ca. 90 Prozent der aufgenommenen Droge werden innerhalb von drei bis vier Tagen ausgeschieden.



Körperliche Wirkung / Risiken

Die Substanz Methamphetamin ist eine schnell süchtig machende Stimulanz. Während des Rausches kommt es zu Herzrasen, rasendem Puls, Störung des Herzrhythmus, gefährlicher Überhitzung, verstärkter Aggressivität und paranoiden Wahnvorstellungen. Angstzustände, starke Nervosität, Augenrollen sowie Kaureflex und Schmerzen an den Innenseiten der Wangen sind ebenso möglich. Nach Crystal-Meth-Konsum kommt es zu ausgeprägten Nachwirkungen, die mehrere Tage anhalten können. Diese sind gegenteilig zur ursprünglichen psychischen Wirkung, wie z.B. depressive Verstimmung, erhöhte Ängstlichkeit, starke Müdigkeit und Erschöpfung, Antriebs- und Interessenlosigkeit, Schlafstörungen, Konzentrationsschwierigkeiten, sowie Gedächtnisbeeinträchtigungen.

Bei folgenden Anzeichen für eine **Überdosierung** sollte sofort die/der **Notärztin/Notarzt** gerufen werden: Zittern, Brechreiz, hohe Temperatur, starke Kopfschmerzen, Bewusstlosigkeit, Hirnblutungen mit halbseitiger Lähmung, Herzstillstand.

Crystal wird in der Szene oft mit einem wesentlich höheren Reinheitsgehalt (ca. 90 Prozent) gehandelt als der verwandte Stoff Amphetamin/Speed, der meist gestreckt ist und oft nur einen Wirkstoffgehalt von zehn bis 20 Prozent besitzt. Crystal ist daher ungleich gefährlicher, weil viele Konsumentinnen und Konsumenten die **Konzentration des Stoffes unterschätzen**.

Der Mythos, in Crystal befänden sich, für den besseren Kick, feine Glassplitter, ist nicht ganz von der Hand zu weisen aber auch nicht ganz richtig. Anfang der 2000er Jahre wurde in osteuropäischen Drogenlabors Crystal hergestellt. Nicht des Kickes für die Konsumentinnen/den Konsumenten wegen, sondern um Kosten zu sparen, wurde der Stoff unter anderem mit feinen Glassplittern extrem gestreckt. Solche Streckungen sind mittlerweile seltener, aber dennoch möglich.

Langzeitfolgen

Häufiger und regelmäßiger Konsum der Droge führt in den meisten Fällen zu starker psychischer **Abhängigkeit**. Ebenso wird eine Toleranz gegenüber dem Rauschmittel aufgebaut, was dazu führt, dass immer höhere Dosen für einen gleichbleibenden Rausch erforderlich sind.

Ein längerer Crystal-Meth-Konsum hat extrem negative, mitunter irreversible, Auswirkungen auf den allgemeinen gesundheitlichen, psychischen und kognitiven Zustand der Konsumierenden. Neben starken Gewichtsverlusten, Zahnproblemen, chronischen Hautentzündungen werden auch Hirn- und Organschäden festgestellt. Psychische Langzeitwirkungen sind u.a. Depressionen, Angstzustände, Aggressivität und Verfolgungswahn. Zwei Drittel der Dauerkonsumentinnen und -konsumenten haben nach drei Jahren Psychosen.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.



Der Name Ecstasy wird als Synonym für eine Reihe von **Amphetaminen** verwendet. Das bekannteste ist MDMA (3,4-Methylen-Dioxy-Methylamphetamin). In den letzten Jahren tauchten andere Amphetaminabkömmlinge mit ähnlicher Wirkung auf, sodass heute MDA, MDEA oder MBDB zu Ecstasy gerechnet werden. Ecstasy wird in Pillen- oder Kapselform angeboten, wobei die **Reinheit** und Konzentration unter den einzelnen Pillen/Kapseln stark **schwankt**. Der Wirkstoff der Pillen ist ein weißes, kristallines, bitter schmeckendes Pulver.

Szenenamen

Adam, Cadillac, E, Essence, Eve, Love, Pille, XTC. Meist werden die Pillen auch nach dem aufgedruckten Motiv benannt z. B. „Smiley“

Aufnahme / Wirkungsdauer

Ecstasy wird geschluckt. Je nach Wirkstoff und Konzentration setzt die Wirkung der Droge nach ca. 20 bis einer Stunde ein und dauert dann zwei bis fünf Stunden an.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Ecstasy wirkt, je nachdem welcher Inhaltsstoff enthalten ist, euphorisierend, halluzinogen und/oder **aufputschend**. Es bewirkt die Ausschüttung des körpereigenen Botenstoffes Serotonin (Glücksgefühlauslöser) und verhindert gleichzeitig die Aufnahme des Serotonins in den körpereigenen Speicher. In geringem Maße bewirkt die Droge auch die Freisetzung von Dopamin und Noradrenalin was zu einer höheren Leistungsfähigkeit führt.

Bei niedriger Dosis dominiert die antriebssteigernde Wirkung, bei höherer Dosis die **halluzinogene Wirkung**. Die Umgebung wird als verändert erlebt. Die Konsumentin/der Konsument fühlt sich allen nah und will dies auch mitteilen. Hemmungen und Konzentrationsvermögen sind vermindert.

Abbau

Der Wirkstoff wird über den Dünndarm aufgenommen und gelangt über die Schleimhaut in den Blutkreislauf. Der größte Teil wird in der Leber entgiftet und als Säure im Urin ausgeschieden, nur ein kleiner Teil erreicht das Gehirn.

Ecstasy kann meist drei bis vier Tage nach dem Konsum nachgewiesen werden. Mittels Haaranalysen kann Ecstasy noch bis zu 90 Tage nach der letzten Einnahme nachgewiesen werden.



Körperliche Wirkung / Risiken

Akute Mundtrockenheit, Übelkeit und Schwindel, körperliches Missempfinden, Zuckungen der Gesichtsmuskulatur, Muskelkrämpfe, Schlaflosigkeit, Unruhe, Koordinationsstörungen und Verfolgungswahn gehören zu den unerwünschten körperlichen Nebenwirkungen von Ecstasy.

Bei Überdosierung tritt zumeist eine Austrocknung durch **Überhitzung** auf, die bis zum Nierenversagen und zum Tod führen kann. Des Weiteren kann es zu einer erhöhten Pulstätigkeit, Blutdruckabfall, starken Temperaturwallungen und zu einer Versteifung der Muskeln kommen. Gegen die Überhitzungsgefahr sollten nicht-alkoholische Getränke zu sich genommen werden. Jedoch nicht zu **viel Flüssigkeit**, da ansonst eine Überwässerung droht, die zu Hirnödemen bis hin zu Koma und Tod führen kann. Bei **Überdosierung** sollte unbedingt ein Notarzt verständigt werden.

Die meisten registrierten **Todesfälle** in Zusammenhang mit dem Konsum von Ecstasy gehen auf einen **Mischkonsum** mit Alkohol und anderen Drogen zurück.

Die Reinheit und Konzentration unter den einzelnen Pillen schwankt stark. Optisch identische Pille können komplett andere Wirkstoffe und/oder Konzentrationen enthalten.

Langzeitfolgen

Nach regelmäßigem Konsum von Ecstasy stellt sich bei einem Großteil der Konsumentinnen/Konsumenten eine Versteifung der Gesichtsmuskeln (Kieferklemme) ein. Neben diesen Angriffen auf das Muskelgewebe sind permanente Pulsbeschleunigung, Blutdruckabfall und Temperaturwallungen zu beobachten. Eine **Schädigung der Organe** ist in den meisten Fällen nicht auszuschließen: Leberentzündung, Leberversagen, Störung der Herzfunktion und Herzversagen, Hirninfarkte, Schlaganfälle, Nierenversagen und Hirnschäden sind weitere Langzeitfolgen. Dem Forschungsstand zufolge schädigt Ecstasy die Kontaktstellen zwischen den Nervenzellen leicht, was zu **kognitiven Defiziten** im Bereich des Lernens führen kann. Ob die Schädigungen reversibel sind, darüber lassen sich keine zuverlässigen Aussagen treffen.

Durch den Konsum von Ecstasy kommt es nicht zu einer körperlichen **Abhängigkeit** mit Entzugserscheinungen. Bei regelmäßigem Gebrauch entwickelt der Körper jedoch eine psychische Abhängigkeit. Dabei kommt es zu einer **Toleranzentwicklung** d.h. es muss immer mehr Ecstasy konsumiert werden, um die gleiche stimulierende Wirkung zu erzielen.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.

legal



Energy Drinks sind Getränke aus Wasser und jeder Menge Zusatzstoffen. In den im Handel erhältlichen Energy Drinks sind neben Süßstoffen, Guarana, Vitaminen und teilweise Taurin vor allem auch hohe Dosen **Koffein** enthalten. Die **aufputschende Wirkung** der Drinks ist hauptsächlich auf das Koffein zurückzuführen.

Szenenamen

Die Handelsnamen der einzelnen Energy Drinks wie Flying Horse, Guarana Brana, Red Bull, Ufo, XTC, usw.

Aufnahme / Wirkungsdauer

Es dauert je nach Zustand der Konsumentin/des Konsumenten zwischen zehn Minuten und einer Stunde, bis die aufputschende Wirkung einsetzt, welche zwei bis drei Stunden lang andauern kann.

Die im Handel erhältlichen Energy Drinks enthalten auf 100 ml rund 30 bis 35 mg Koffein. Das entspricht ca. zwei Tassen Kaffee. Zusätze in den Drinks verzögern den Abbau des Koffeins.

Wirkung / Rausch

Koffein hat eine **anregende Wirkung** auf das zentrale Nervensystem, was zum Anstieg von Pulsfrequenz und Blutdruck führt. Die Substanz muntert auf, vertreibt Müdigkeitserscheinungen und leichte Kopfschmerzen. In höheren Dosen und je nach persönlicher Empfindlichkeit kann eine euphorische Stimmung erzeugt werden, jedoch auch Herzklopfen, innere Unruhe, Reizbarkeit und Schwindel können die Folge sein.

Bislang konnte kein wissenschaftlich seriöser Nachweis erbracht werden, dass Taurin die körperliche oder geistige Leistungsfähigkeit steigert.



Körperliche Wirkung / Risiken

Bei hoher Koffein-Dosis kann es zu Herzrasen und erhöhter Nervosität kommen. Wer mehr als vier bis sechs Drinks täglich trinkt, für den besteht die Gefahr einer körperlichen Abhängigkeit. **Entzugserscheinungen** in Form von Kopfschmerzen, Nervosität, Konzentrationsstörungen und Reizbarkeit können auftreten.

Das deutsche Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) warnt vor **gesundheitlichen Risiken** von Energy Drinks, wenn sie in größeren Mengen konsumiert werden. Vor allem beim **Mischkonsum mit Alkohol**, sowie bei gleichzeitiger ausgiebiger sportlicher Betätigung könne es zu Herzrhythmusstörungen, Nierenversagen oder Krampfanfällen kommen. Sogar Todesfälle wurden in diesem Zusammenhang beobachtet. Personen mit Herzerkrankungen und Bluthochdruck, Schwangere, Stillende, Kinder und koffeinempfindliche Personen sollten sich beim Konsum von Energy Drinks zurückhalten.



Die Engelstropete (*Brugmansia*) gehört zu den Nachtschattengewächsen und stammt ursprünglich aus Südamerika. Ihre Wirkstoffe sind Scopolamin und Hyoscyamin, die **halluzinogen** wirken.

Die Pflanze verdankt ihren Namen den typischen, 20 bis 30 Zentimeter langen, nach unten hängenden, trompetenähnlichen, oftmals süßlich duftenden Blütenblättern. In Europa sind bei Menschen, die leichtfertig die Engelstropete als Rauschmittel überdosiert zu sich genommen haben, immer wieder **Vergiftungsfälle** und Verwirrheitszustände aufgetreten. Sogar Todesfälle sind bekannt.

Aufnahme / Wirkungsdauer

Die getrockneten Blätter oder Blüten der Pflanze werden geraucht oder oral – in Form eines Tees – eingenommen. Bei der oralen Einnahme werden die Wirkstoffe rasch aufgenommen und es kommt nach einer halben bis einer Stunde zu fiebertraumähnlichen Visionen, die zwischen drei Stunden und drei Tagen (Übergang ins Delirium) andauern können.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Die fiebertraumähnlichen Visionen und Illusionen wandeln sich rasch in **Halluzinationen** um, bei denen die/der BenutzerIn nicht mehr zwischen Rausch und Realität unterscheiden kann. Während des Rausches kann es vorkommen, dass die/der KonsumentIn sehr verhaltensauffällig und gewalttätig wird. Die erheblichen körperlichen und physischen Begleiterscheinungen machen den Rausch ausgesprochen unangenehm.

Nach der Erregungsphase fällt die/der KonsumentIn häufig in einen **Dämmer Schlaf**. Bei höheren Dosierungen und Vergiftungen berichten Betroffene oft von einem starken Gedächtnisschwund, der tagelang andauern kann. Während des Rausches kann ein säuerlicher Geschmack im Mund auftreten.



Körperliche Wirkung / Risiken

Extreme Pupillenerweiterungen, Schluckbeschwerden und Trockenheit der Schleimhäute können über mehrere Tage auftreten. Des Weiteren wird die Haut sehr heiß und trocken. Insbesondere Hals- und Kopfhaut sind meistens hochrot gefärbt. Weitere Nebenwirkungen, die auftreten können, sind eine heisere, raue Stimme, Harnsperrung, Herzrasen bis hin zu Herzrhythmusstörungen und Kammerflimmern. Da der halluzinogene Rausch sehr stark ist und der Konsument zwischen Rausch und Realität nicht mehr unterscheiden kann, kann es zu **selbsterstörerischen Handlungen** kommen, da sich die/der KonsumentIn beispielsweise unsterblich fühlt und das Gefühl hat, fliegen zu können.

Die **Konzentration** der **Wirkstoffe** kann von Pflanze zu Pflanze und von Pflanzenteil zu Pflanzenteil sehr stark **schwanken**. Ein einmal schwach wirkendes Blütenteil kann beim nächsten Mal ein Vielfaches des Wirkstoffes enthalten und dann mitunter lebensgefährliche Folgen haben. Damit ist die Spannbreite zwischen der wirksamen und der tödlichen Dosis sehr schmal.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.



Der Fliegenpilz ist ein heimischer **Giftpilz** und fällt durch seinen roten Hut mit punktförmigen, weißen Resten der Eihülle auf. Der Fliegenpilz (*Amanita Muscaria*) enthält Muscimol, Muscazon und Ibotensäure. Diese Wirkstoffe haben eine **halluzinogene Wirkung**.

Aufnahme / Wirkungsdauer

Die Pilze werden roh gegessen oder als Sud gepresst. Manchmal werden die Pilze auch in Alkohol eingelegt oder in Öl gebraten verzehrt. Auch das Mischen getrockneter Pilze mit Tabak oder Cannabis wird oft praktiziert, um die Wirkung besser steuern zu können. Der Rausch tritt meist nach ca. einer bis eineinhalb Stunden ein und hält ca. fünf bis sechs Stunden an. Danach bricht er meistens abrupt ab.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Der Rauschzustand ist durch Halluzinationen und eine **veränderte Sinneswahrnehmung** geprägt. Die Raumwahrnehmung und das Zeitgefühl sind gestört. Die/Der KonsumentIn wird sehr müde und fällt in eine Art Döszustand. Bei höheren Dosen fällt es der Konsumentin/dem Konsumenten schwer, sich nach dem Abklingen der Hauptwirkung an das Erlebte zu erinnern. Wie bei allen Halluzinationen können **Angst- und Panikgefühle** entstehen.



Körperliche Wirkung / Risiken

Nach der oralen Einnahme des Pilzes kommt es bei der Konsumentin/beim Konsumenten fast immer zum Erbrechen. Dies tritt abrupt auf und ist nicht zu beherrschen. Muskellähmungen und eine starke Unsicherheit in der Motorik sind ebenfalls zu beobachten. Die unangenehmen bis gefährlichen **Vergiftungserscheinungen** zeigen sich durch Übelkeit, Schwindel, Erbrechen und Durchfälle. Bei einer größeren Menge kommt es zu Muskelzuckungen, Verwirrtheit, Bauchschmerzen und Erregungszuständen. Dies kann in Bewusstlosigkeit oder Koma münden. Eine Überdosierung ist bei Pilzen immer zu befürchten, da der **Wirkstoffgehalt** unter den einzelnen Pilzen stark **schwankt**.

Langzeitfolgen

Körperliche Schäden durch den regelmäßigen Gebrauch von Fliegenpilzen sind bisher noch nicht bekannt. Bei Dauerkonsum wird man psychisch ausgelaugt und es entwickelt sich eine Toleranz gegenüber dem Wirkstoff. Das heißt man benötigt immer höhere Dosen um die gleiche Wirkung zu erzielen.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.



Heroin (Diacetylmorphin) ist ein **halbsynthetisches** Opiat. Es wird durch ein chemisches Verfahren aus Morphin hergestellt. Morphin ist ein Wirkstoff des Opiums, das wiederum aus dem Saft des Schlafmohns gewonnen wird. Auf dem Schwarzmarkt käufliches Heroin ist weiß bis beige und pulverförmig oder kristallin. Unabhängig von der Konsumform gilt Heroin derzeit als die Substanz mit dem **höchsten Abhängigkeitspotential**.

Szenenamen

Braunes, Brown Sugar, Gift, H, Mat, Material, Matti, Schnee, Schore, Speedball, Stoff

Aufnahme / Wirkungsdauer

Heroin wird geraucht, geschnupft, inhaliert oder intravenös gespritzt. Auch das „Folierauchen“ ist sehr verbreitet: Dabei wird das Heroin auf einer Alufolie erhitzt und die aufsteigenden Dämpfe inhaliert.

Je nach Anwendung beginnt die Wirkung nach ein paar Sekunden (spritzen, inhalieren) bis nach einer Stunde (rauchen). Die Wirkungsdauer beträgt ca. drei bis fünf Stunden.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Heroin wirkt gleichzeitig beruhigend, entspannend, schmerzlösend und euphorisierend. Es dämpft die geistige Aktivität und beseitigt unangenehme Empfindungen wie Angst, Unlust und Gefühle der Leere. Probleme und Konflikte werden ausgeblendet. Die/der KonsumentIn fühlt sich vollkommen glücklich und zufrieden.

Abbau

Abgebaut wird Heroin fast vollständig in der Leber, ausgeschieden wird die Substanz über den Harn. Bei einem Blut- und Urintest ist Heroin zwei bis vier Tage nach der Einnahme nachweisbar. Bei einer Haaranalyse ist Heroin bis zu 90 Tage nach der Einnahme nachweisbar.

Allerdings kann man bei beiden Testverfahren nicht genau definieren, ob die/der KonsumentIn Heroin oder artverwandte Stoffe wie Opium oder Morphin genommen hat. Die Schnelltests zum Nachweis von Heroin/Opioiden sind sehr empfindlich. Schon der Verzehr von einigen Mohnkuchenstücken kann zu einem (falschen) positiven Ergebnis führen. Mohnkuchen enthält zwar keine psychoaktiven Opioide aber Inhaltsstoffe, die das Vorhandensein dieser Opioide vortäuschen.



Körperliche Wirkung / Risiken

Je nach Art des Konsums sind Wirkung und Risiken unterschiedlich. Die Herzfrequenz wird vermindert und das Atemzentrum wird gedämpft, es kann daher auch zu einem Atemstillstand kommen. Übelkeit, Muskellähmungen und Verstopfung sind weitere Folgen.

Bei einer **Heroinvergiftung** sind die Pupillen auf Stecknadelgröße verengt, die Atemfrequenz ist sehr gering (weniger als zwölf Atemzüge pro Minute) und es kann ein Atem- und/ oder Herzstillstand auftreten.

Auf dem Schwarzmarkt angebotenes Heroin **schwankt** stark im **Reinheitsgehalt** und enthält oft auch andere giftige Substanzen, welche ein nicht kalkulierbares Risiko darstellen. Daher kommt es häufig zu Unfällen und Überdosen.

Langzeitfolgen

Es kann sich eine **schwere psychische und physische Abhängigkeit** entwickeln. Anhaltender Heroinkonsum kann mit einer tödlichen Vergiftung enden, da der Körper schnell eine Toleranz entwickelt. Die Menge und Häufigkeit des Konsums müssen daher rasch gesteigert werden, wobei eine **Überdosis** auch die Folge des schwankenden Reinheitsgehalts des konsumierten Heroins sein kann. Zusätzlich entstehen bei der intravenösen Form des Heroinkonsums **Infektionsrisiken** (z. B. mit Hepatitis-Viren oder HIV) durch unsauberes Spritzbesteck.

Langzeitfolgen sind Abmagerung, Menstruationsaussetzung, Verminderung der Hirnleistungsfähigkeit und des Gedächtnisses, Zittern der Hände, Koordinationsschwierigkeiten, halbseitige Lähmungen, Anfälligkeit für Infektionen, Muskelfaserauflösungen, Nierenverstopfungen, Entzündung des Herzinnenraumes und als psychische Folge eine steigende **Gleichgültigkeit** gegenüber der Umwelt und sich selbst. Entgegen der verbreiteten Meinung bringt der dauerhafte Gebrauch von (reinem) Heroin nicht automatisch Organvergiftungen mit sich und hat nur geringe körperliche Folgen. Längerfristig **körperliche Schäden** sind meist **durch die Lebensumstände** (schlechte Injektionshygiene, Prostitution, mangelhafte Ernährung) bedingt. Ob Heroingebrauch langfristig die Psyche schädigt, ist nicht eindeutig geklärt. Todesfälle durch eine Heroin Überdosis kommen meist in Verbindung mit anderen Substanzen vor.

Bei einer Abhängigkeit drohen neben den schwerwiegenden körperlichen Folgen vor allem Veränderungen der Persönlichkeit und der sozialen Situation. Aus dem hohen Bedarf an Heroin und den damit verbundenen Kosten resultieren häufig **Beschaffungskriminalität** und Prostitution, was meist innerhalb kurzer Zeit zu **Verwahrlosung** und sozialer Isolation führt.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.

legal



Ketamin, ein weißes, kristallines Pulver, ist ein Betäubungsmittel welches mittlerweile selten in der Human-, dafür öfter in der Tiermedizin verwendet wird. Beim Menschen wird Ketamin zu Betäubungszwecken vor allem in der Notfallmedizin eingesetzt. Dabei können Nebenwirkungen wie Halluzinationen, Verwirrtheit und Wahnvorstellungen auftreten. Wegen der halluzinogenen Nebenwirkungen wird Ketamin in den letzten Jahren vermehrt als Droge in der Technoszene konsumiert. Ketamin ist ein Arzneimittel und unterliegt daher dem Arzneimittelgesetz. Das Gesetz verbietet den Verkauf und die unzulässige Weitergabe.

Szenenamen

Special K, Vitamin K, Kate, K

Aufnahme / Wirkungsdauer

Ketamin wird geschnupft (mit einem Röhrchen oder einem zusammengerollten Geldschein), als Flüssigkeit oder Tabletten geschluckt, geraucht aber auch in verdünnter Form gespritzt. Das Einsetzen der Wirkung hängt von der jeweiligen Konsumform ab. Beim Schnupfen tritt die Wirkung nach fünf bis zehn Minuten ein, bei der oralen Einnahme nach 15 bis 20 Minuten. Intravenös gespritzt setzt die Wirkung innerhalb von Sekunden ein. Ketamin wirkt ca. 30 Minuten bis drei Stunden.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Ketamin kann das Schmerzempfinden stark mindern, es steigert den Blutdruck und die Herzfrequenz und kann zu Bewusstlosigkeit führen. Im Rausch kann es zu starken Halluzinationen kommen, wobei die Konsumentinnen/Konsumenten in Zustände versetzt werden, die dem Sterben ähnlich sein sollen. Es entsteht das Gefühl, den eigenen Körper zu verlassen (Ich-Auflösung).

Die Sinneswahrnehmung verändert sich: Geschmacks- und Geruchssinn sind stark reduziert, Geräusche werden verzerrt wahrgenommen, Farben erscheinen lebhafter, und Schmerzen verschwinden. Die Kommunikation ist im Ketaminrausch schwierig, da man dem Gesprächsverlauf nicht folgen kann und die Lust zu reden vermindert ist. Emotionen werden gedämpft wahrgenommen.



Körperliche Wirkung / Risiken

Mögliche negative Auswirkungen auf den Körper sind etwa die Erhöhung von Blutdruck und Herzfrequenz, Zittern des Augapfels, Übelkeit und Erbrechen, Schwindel, Lähmungserscheinungen, Bewusstlosigkeit, epileptische Anfälle, Koma und das Erleben von todesähnlichen Zuständen.

Die Halluzinationen unter Ketamineinfluss werden häufig als sehr beängstigend und schwer kontrollierbar erlebt. **Angstzustände**, Panikattacken und Schreckensvisionen - so genannte **Horror-Trips** - können auftreten. Dadurch können auch längerfristige psychische Probleme ausgelöst werden. Erinnerungslücken und **Blackouts** können ebenfalls die Folge sein.

Wird Ketamin mit Alkohol, Heroin oder anderen Substanzen, die das Atemzentrum beeinflussen, konsumiert, kann es zu lebensbedrohlichen Zuständen kommen. Der **Mischkonsum** kann zu Ohnmacht, Atemdepression (Unterdrückung der Atmung) und schließlich zum **Atemstillstand** führen. Aufgrund des verminderten Schmerzempfindens und des Gefühls mit der Umwelt zu verschmelzen, ist die **Gefahr von Unfällen** und Verletzungen stark erhöht.

Da man bei illegal erworbenem Ketaminpulver meist nicht weiß, wie hoch es dosiert ist, muss man damit rechnen, dass eine Narkose eintritt.

Langzeitfolgen

Bei Langzeitkonsum wurden bei Konsumierenden Beeinträchtigungen der Gedächtnisleistung und neurologische Störungen beobachtet.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.



Koffein ist ein in Kaffeebohnen (*Coffea arabica*), Tee-, Mateblättern, Kolanüssen und Guaranapaste vorkommender psychoaktiv wirkender Inhaltsstoff, der in vielen Getränken (z. B. Cola, Kaffee, Energydrinks) enthalten ist. Auch in Kakao oder Schokolade ist Koffein enthalten. Pur ist Koffein ein weißes, geruchsneutrales Pulver und hochgradig giftig.

Aufnahme / Wirkungsdauer

Koffein wird meist oral in Form eines Getränks oder in Pillenform (Koffeintabletten) eingenommen.

Nach der Einnahme beginnt die Wirkung je nach körperlicher Verfassung der Konsumentin/des Konsumenten innerhalb von zehn Minuten bis einer Stunde. Sie dauert durchschnittlich zwei bis drei Stunden an. Bei Menschen, die nicht an Koffein gewöhnt sind, kann die Wirkung auch länger anhalten.

Die im Handel befindlichen Energy-Drinks enthalten auf 100 ml rund 30 bis 35 mg Koffein. Eine Dose enthält ca. 60 bis 80 mg Koffein, das entspricht ca. zwei Tassen Kaffee. Zusätze in den Drinks verzögern den Abbau des Koffeins.

Wirkung / Rausch

Koffein wirkt anregend, konzentrationssteigernd, vertreibt Müdigkeitserscheinungen und leichte Kopfschmerzen, muntert auf und erzeugt in höheren Dosen euphorische Stimmungen, führt aber auch zu unten beschriebenen Nebenwirkungen.



Körperliche Wirkung / Risiken

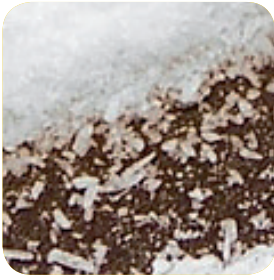
Bei hoher Koffein-Dosis kann es zu Herzrasen, erhöhtem Blutdruck, gesteigerter Nervosität, Händezittern und Harndrang kommen. Koffein stimuliert die Darmtätigkeit und entzieht dem Körper Wasser.

Langzeitfolgen

Mäßigem Kaffeekonsum werden positive Effekte zugeschrieben. So soll er das Kurzzeitgedächtnis fördern und das Risiko an Gallensteinen oder an Parkinson zu erkranken verringern.

Bei **übermäßigem Kaffeekonsum** (mehr als 8 Tassen Kaffee täglich) besteht die Gefahr einer **körperlichen Abhängigkeit**. Entzugsserscheinungen in Form von Kopfschmerzen, Nervosität, Konzentrationsstörungen und Reizbarkeit treten auf. Ebenso sind Durchfall, unkontrollierte Bewegungen und Angstzustände zu beobachten. Neueren Erkenntnissen zufolge, soll übermäßiger Kaffeekonsum die Gefahr für Herzinfarkte und Schlaganfälle erhöhen.

illegal



Kokain wird aus den Blättern des **Kokastrauches** (*Erythroxylum coca*, Südamerika) gewonnen. Durch ein chemisches Verfahren wird daraus Kokainhydrochlorid extrahiert, das als weißes, geruchloses, kristallines Pulver mit bitterem Geschmack bekannt ist. Kokain gehört zu den Stimulanzien, also zu jener Gruppe von Drogen, die eine **aufputschende Wirkung** besitzen.

Szenenamen

Base, C, Cocktail, Baseball, Coke, Crack, Free Base, Koka, Koks, Lady, Line, Rocks, Roxane, Schnee, Snow, Speedball

Aufnahme / Wirkungsdauer

Kokain wird meist geschnupft und dadurch über die Schleimhäute der Nase aufgenommen. Selten wird Kokain gespritzt oder geschluckt. Nach chemischen Veränderungen ist es auch rauchbar. Das Spritzen und Rauchen von Kokain gilt als besonders riskant, da die Gefahr erneuten Konsums, und damit auch die Abhängigkeitsgefahr, vergleichsweise hoch sind.

Je nach Konsumart tritt die Wirkung unterschiedlich schnell ein und die Dauer variiert. Bei intravenösem Gebrauch tritt die Wirkung sofort ein und dauert ca. zehn bis 60 Minuten, beim Schnupfen ist die Wirkungsdauer länger.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Kokain hemmt die Wiederaufnahme von Dopamin in die Nervenzellen im Gehirn. Dadurch erhöht sich die Menge dieses Botenstoffs in den Synapsen. Kokain hat eine aufputschende und **euphorisierende Wirkung**. Es wirkt angstlösend und erhöht die Kontaktfreudigkeit. Denkabläufe verlaufen schneller und eine Hebung des Sexualtriebes, des Selbstwertgefühls und der Stimmung sind zu beobachten. Akustische und (seltener) optische Sinnestäuschungen treten auf. Das Hungergefühl ist gedämpft. Bei akuter Drogenwirkung kann es zu Verfolgungswahn und deutlichen **Angstzuständen** kommen. Der Körper wird also insgesamt auf eine höhere Leistungsfähigkeit eingestellt. Allerdings wird dem Körper durch das Kokain keine Energie zugeführt, vielmehr werden seine Kraftreserven verbraucht.

Charakteristisch ist der phasenweise Verlauf der Rauschwirkung. Nach dem Rausch ist man **niedergeschlagen**, depressiv und bei entsprechend vorbelasteten Personen ist auch die Verstärkung von Selbstmordgedanken zu beobachten. Diese Symptome verleiten viele Konsumentinnen und Konsumenten dazu, schnell wieder zu konsumieren, um ihre Antriebsschwäche und Depressionen loszuwerden.

Abbau

Kokain wird fast vollständig in der Leber abgebaut, ein Teil der Droge wird über die Niere ausgeschieden. Ca. ein bis vier Prozent werden unverändert im Urin ausgeschieden.

Kokain wird in fast allen Standard-Schnelltests überprüft und ist ca. zwei bis vier Tage nach der letzten Einnahme nachweisbar. Mittels Haaranalysen kann Kokain noch bis zu 90 Tage nach der letzten Einnahme nachgewiesen werden.



Körperliche Wirkung / Risiken

Kokain hat neben den Rauschwirkungen auch unerwünschte Begleiterscheinungen wie Angstzustände, Psychosen, Herzrasen, Pupillenerweiterung, Blässe, Krampfanfälle, Koordinationsstörungen, Blutdruckerhöhung, Erhöhung der Körpertemperatur, Störungen der Herzfunktion bis hin zu Herzversagen, Hirnödeme und Schlaganfälle mit halbseitigen Lähmungen sind möglich. Kokain wird im Straßenhandel häufig mit diversen Streckmitteln vermischt. Beim Spritzen von Kokain besteht die Gefahr, dass Infektionskrankheiten (Hepatitis, HIV) übertragen werden. Beim Schnupfen können durch gemeinsam benutzte Sauginstrumente ebenfalls Infektionskrankheiten übertragen werden.

Langzeitfolgen

Beim Schnupfen können nach längerem Gebrauch Löcher in der Nasenschleimhaut entstehen. Abmagerung, Verzweiflung, Psychosen, Appetitlosigkeit sind weitere Langzeitfolgen. Die Leber wird erheblich geschädigt, Herz- sowie Hirninfarkte und Krampfanfälle sind nicht selten. Auch bei sporadischem Gebrauch sind tödliche Komplikationen nicht auszuschließen.

Bei Kokain kommt es zu keinen körperlichen Entzugserscheinungen, dafür ist das **psychische Abhängigkeitspotential** umso höher.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.

legal



Lachgas ist ein farbloses Gas mit süßlichem Geschmack. Das **Narkosemittel** wirkt in geringen Dosen schmerzstillend und in hohen Dosen betäubend. Lachgas wird in der Medizin und Industrie – z. B. als Treibmittel zum Aufschäumen von Schlagobers – verwendet. Medizinisches Lachgas fällt unter das **Arzneimittelgesetz** und darf nur an bestimmte Personengruppen abgegeben werden.

Szenenamen

Ballons, Distickstoffoxid, N₂O, Stickstoffoxydul

Aufnahme / Wirkungsdauer

Lachgas wird inhaliert.
Die Wirkung hält von einigen Sekunden bis zu drei Minuten lang an.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Lachgas dämpft das Schmerzempfinden. Es führt zu schwachen **Halluzinationen**, Wärme- und Glücksgefühle werden empfunden. Das Sehen verändert sich und ein Prickeln ist am ganzen Körper zu spüren. Auch die akustische Wahrnehmung ist stark verändert. Meist wird der Zustand als eine Art Hypnose oder Trance beschrieben.

Abbau

Lachgas wird im Körper nicht verstoffwechselt bzw. umgewandelt, sondern verlässt beim Ausatmen zu 99,9 Prozent den Körper in gleicher Form und Menge.



Körperliche Wirkung / Risiken

Weder die Herzfunktion noch die der inneren Organe werden nennenswert beeinflusst. Bei wiederholtem Gebrauch kommt es zu einer Gewöhnung (**Toleranzentwicklung**) gegenüber dem Stoff. Die/der KonsumentIn benötigt daher immer größere Mengen Lachgas, um dieselbe Wirkung zu erzielen. Das kann zu einer **psychischen Abhängigkeit** führen. Eine körperliche Abhängigkeit ist nicht bekannt.

In seltenen Fällen bzw. bei **unreinem Gas** sind Übelkeit und Erbrechen zu beobachten. Viele Lachgastanks für Autorennen enthalten meist, neben Verunreinigungen, auch Wasserstoffsulfide, die für starke Übelkeit verantwortlich sind. Solcherart verunreinigtes Gas zu benutzen ist lebensgefährlich.

Bei längerem Einatmen oder Inhalieren in geschlossenen Räumen oder mit Atemmaske kommt es zu Sauerstoffmangel, der zu **Bewusstlosigkeit** und letztendlich zum Tode führen kann. Um die Intensität der Inhalation und damit die Wirkung zu steigern, ziehen sich manche Konsumentinnen/ Konsumenten eine Plastiktüte über den Kopf. Falls Bewusstlosigkeit eintritt, droht **Ersticken** gefahr.

Es entstehen schwere Erfrierungen im Mundbereich und bei den Atemorganen, wenn versucht wird, das Gas direkt von der Gasflasche oder von Kapseln aus zu inhalieren. Bei Mischkonsum mit anderen Drogen können unberechenbare und unangenehme Rauschzustände eintreten.

Langzeitfolgen

Bei Langzeitkonsum in hohen Dosen ist ein Effekt auf das Knochenmark zu beobachten. Lachgas zerstört in den B12-Vitaminen die wichtige Kobaltverbindung, sodass die schützenden Hüllen der Nervenzellen nicht mehr einwandfrei aufgebaut werden können. Dadurch ist u. a. eine **Schädigung** der längeren **Nervenbahnen** (Polyneuropathie) zu beobachten.

Erste Anzeichen dafür sind Kribbelempfindungen in Händen und Füßen, später Gefühllosigkeit und Gehschwierigkeiten. Theoretisch kann diese Schädigung, wenn sie nicht rechtzeitig entdeckt wird, zum Tode führen. Die tatsächlichen, psychischen und physischen Langzeitschäden sind bislang nicht bekannt bzw. wissenschaftlich eindeutig belegt.

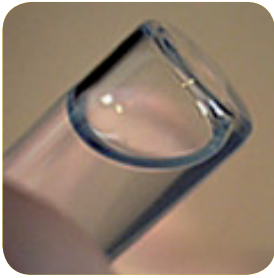


Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, Lachgas zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- In Lachgas ist ein Sauerstoff enthalten. Der Körper braucht aber Sauerstoff zum Leben. Wenn Lachgas inhaliert wird, sollte unbedingt darauf geachtet werden, **genügend Sauerstoff** zu sich zu nehmen (abwechselnd Lachgas bzw. Luft inhalieren).
- Die Inhalation sollte im **Sitzen** oder Liegen passieren, da es bei einem plötzlich eintretenden Schwindel (manchmal auch Bewusstlosigkeit) zu schweren Stürzen und Verletzungen kommen kann.
- Das Gas **nicht direkt von der Gasflasche** oder von Kapseln aus inhalieren, da sonst schwere Erfrierungen im Mundbereich und bei den Atemorganen auftreten können.
- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.

illegal



GHB ist die Abkürzung für Gamma Hydroxy Buttersäure. Umgangssprachlich wird GHB als Liquid Ecstasy bezeichnet, obwohl die Wirkung und die chemische Zusammensetzung nicht mit der von MDMA (Ecstasy) zu vergleichen ist. Es ist eine farblose, salzig schmeckende und leicht aufflockende Flüssigkeit. Als **Narkosemittel** entwickelt, wird es wegen der starken Nebenwirkungen kaum mehr für medizinische Zwecke eingesetzt.

Durch die **schwankende Konzentration** sind Überdosierungen recht häufig und es kam bereits zu Todesfällen in Verbindung mit GHB.

Achtung! GHB kann Personen auch unbemerkt verabreicht werden, um diese in einen willen- und hilflosen Zustand zu versetzen. Der Täter nutzt diesen Zustand aus, um **Raub- oder Sexualdelikte** zu verüben. Getränke sollte man auf einer Veranstaltung nie unbeaufsichtigt lassen und nur Getränke akzeptieren, die direkt vom Bar-Personal kommen oder in der Flasche bzw. Dose angeboten werden. Dies mindert das Risiko eines unfreiwilligen Rausches. In Verdachtsfällen umgehend die Polizei verständigen.

Rechtlicher Status: In Österreich wurde GHB im Jahr 2002 ins Suchtmittelgesetz aufgenommen, somit ist jeder Handel, Besitz, Ein- und Ausfuhr verboten.

Szenenamen

Bottle, G-Juice, Liquid X, Fantasy, Soap, Liquid E, Gamma

Aufnahme / Wirkungsdauer

Liquid Ecstasy ist flüssig und wird meist in kleinen Flaschen angeboten. Die Flüssigkeit ist farb- und geruchlos und schmeckt salzig. GHB kann auch in Pulverform, als Tablette oder Kapsel konsumiert werden.

Die Wirkung tritt nach zehn Minuten bis einer halben Stunde ein und kann bis zu drei Stunden anhalten. Die unangenehmen, körperlichen Nebenwirkungen können jedoch bis zu 30 Stunden lang anhalten.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. In geringen Dosen wird eine **Euphorisierung** beschrieben. Der Rausch ist ähnlich dem des Alkohols und führt später zu einer angenehmen Müdigkeit. Während des Rausches sind Sinneseindrücke verstärkt und gehobene sexuelle Leistungskraft wird beschrieben, weswegen GHB oft auch als Aphrodisiakum angeboten wird.

Abbau

GHB wird im Körper vollständig in Kohlendioxid und Wasser verstoffwechselt. Im Urin ist es bis zu fünf Stunden nach der Einnahme nachweisbar.



Körperliche Wirkung / Risiken

Neben der Beeinträchtigung der Motorik werden meist bei höheren Dosierungen Kopfschmerzen, Übelkeit und Erbrechen beschrieben. Der Blutdruck senkt sich und der Herzschlag nimmt ab. Außerdem wurden unwillkürliche und wiederholte Muskelzuckungen der Gliedmaßen beschrieben. Notfallmediziner berichteten von enormen **Panikattacken** die, nach der Einnahme, auch bis zu zwölf Stunden und länger andauern können.

Bei **Mischkonsum** mit Alkohol, Medikamenten oder anderen illegalen Drogen werden die **unangenehmen Nebenwirkungen verstärkt** und können lebensbedrohende Ausmaße annehmen. Bei sehr hohen Dosierungen hemmt GHB den Herzrhythmus und das Atemzentrum, was zu Bewusstlosigkeit, Gedächtnisstörungen und Krämpfen bis hin zu epileptischen Anfällen führen kann. Bei **Überdosierungen** sollte sofort eine/ein Notärztin/Notarzt gerufen werden, um ein Herz-Kreislauf Versagen mit tödlichem Ausgang zu vermeiden. Durch die schwankende Konzentration sind Überdosierungen recht häufig.

Langzeitfolgen

Bei längerem Gebrauch ist eine psychische Abhängigkeit sehr wahrscheinlich. Neuen Beobachtungen zufolge, tritt bei Konsumentinnen und Konsumenten die GHB öfter zu sich nehmen zum Teil eine körperliche Anhängigkeit auf, die sich mit teils starken Entzugssymptomen wie Herzrasen, starkem Schwitzen und körperlicher Unruhe äußert. Welche körperlichen Langzeitschäden durch GHB entstehen, ist noch nicht bekannt.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.

illegal



LSD (Lysergsäure-Diethylamid) ist ein **synthetisches** Produkt und gehört zu den Halluzinogenen. LSD ist eine weiße, kristalline, hochgiftige und hochkonzentrierte Substanz mit **psychoaktiver Wirkung**.

Um die Konzentration zu verringern, wird LSD in Wasser gelöst und anschließend auf kleine, mit bunten Symbolen bedruckte Löschpapier-Schnipsel (Pappe) oder Filzplättchen getropft oder in Gelatineecken (Mikros) imprägniert.

Szenenamen

Acid, Cubes, Deep Purple, Löschpapier, Mikros, Papers, Plättchen, Pappen, Speedball, Trip

Aufnahme / Wirkungsdauer

LSD wird geschluckt. Die Wirkung tritt nach einer halben bis einer Stunde ein. Die Droge wirkt sehr lange (sechs bis zwölf Stunden) und ist schlecht steuerbar.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. LSD greift massiv in das Empfinden und die Wahrnehmung ein. Das Zeitgefühl ist verlangsamt und die Grenzen zwischen der eigenen Person und anderen wird als gelockert bis aufgelöst wahrgenommen. Das Selbstwertgefühl wird extrem gesteigert. Gleichgewichts- und Gangstörungen treten auf.

Abbau

Der Abbauvorgang beim Menschen ist noch wenig untersucht. In geringen Mengen wird LSD im Urin ausgeschieden. LSD lässt sich etwa ein bis vier Tage nach der Einnahme im Körper nachweisen.



Körperliche Wirkung / Risiken

Körperliche Wirkungen sind: Schwindel, Kälte- und Hitzewallungen, erhöhte Herzfrequenz, Blutdruckanstieg, Panik- und Angstgefühle, Sprach- und Sehstörungen, **Wahnzustände**. Unfälle durch Fehlreaktionen auf nicht als solche erkannte Sinnestäuschungen und Halluzinationen sind möglich. Konsumentinnen und Konsumenten neigen zu **selbsterstörerischen Handlungen** weil sie z. B. glauben durch ein Auto hindurchgehen oder fliegen zu können. Bei psychisch labilen Menschen kann durch den Konsum von LSD eine bereits vorhandene psychische Krankheit ausbrechen.

Nach Abklingen der Wirkung sind noch einige Tage Nachwirkungen, wie z. B. Übelkeit, Müdigkeit oder auch **Flashbacks** zu bemerken. Bei **Überdosierung** können Gefäßkrämpfe, Atemlähmung und Herzstillstand auftreten. In einem solchen Fall muss man umgehend eine Notärztin/einen Notarzt verständigen.

Langzeitfolgen

Auch bei einmaliger Anwendung kann die Leistungsfähigkeit der Konsumentin/des Konsumenten längerfristig gestört werden. Auch ist eine Abwendung von der realen Welt zu beobachten, die bis hin zu starken Psychosen führen kann.

Bei regelmäßigem Gebrauch entwickelt sich schnell eine **Toleranz** gegenüber der Substanz und die Konsumentin/der Konsument benötigt immer höhere Dosen um die gleiche Wirkung zu erzielen. Eine körperliche Abhängigkeit ist nicht bekannt. Die Entwicklung einer **psychischen Abhängigkeit** ist wahrscheinlich.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.

VERSCHEIBUNGSPFLICHTIG

legal



Werden Medikamente ohne medizinische Indikation oder in höheren als den verordneten Dosen eingenommen, dann spricht man von einem **missbräuchlichen Gebrauch**. Jedes Medikament kann als Droge missbraucht werden. Häufig werden Barbiturate, Benzodiazepine, Psychopharmaka, Schmerzmittel oder Appetitzügler missbräuchlich verwendet. Das **Abhängigkeitspotential** ist meistens sehr **hoch**. Der Gebrauch von Medikamenten wird nach dem Arzneimittelgesetz geregelt. Viele Medikamente sind **verschreibungspflichtig**.

Barbiturate

Barbiturate werden zur Schmerzbekämpfung, als **Beruhigungs- und Schlafmittel** oder als Narkosemittel und zur Unterdrückung von Krämpfen eingesetzt. In höheren Dosen lösen sie Rauschzustände aus. Eine **Überdosierung** kann zur Lähmung des Atemzentrums und schließlich zum Tod führen. Konsumiert man Barbiturate über einen längeren Zeitraum, setzt eine **Gewöhnung** ein und es werden höhere Dosen notwendig, um eine berauschende Wirkung zu erzielen.

Aufnahme / Wirkungsdauer

Medikamente werden intravenös oder in Form von Tabletten oder Kapseln eingenommen. Die Wirkung tritt sofort ein und hält drei Stunden bis einen Tag lang an.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Barbiturate in höheren Dosen wirken erregend. Danach schlägt die Wirkung in Apathie um, dies kann bei einer Überdosis bis hin zu einer tödlich endenden Lähmung von Herz und Atmung führen. Die eigentliche Rauschentwicklung ist **halluzinogen** und bewirkt teilweise eine Störung der Wahrnehmung. Die/Der KonsumentIn ist der Umgebung meist hilflos ausgeliefert. **Angstzustände** und Panikattacken sind nicht selten.

Abbau

Medikamente werden großteils in Leber und Niere abgebaut. Barbiturate sind im Blut einige Stunden bis Tage lang nachweisbar. Im Urin zwei Tage bis mehrere Wochen.



Körperliche Wirkung / Risiken

Barbiturate haben je nach Dosierung und Anwendung eine angst- und spannungslösende bis einschläfernde Wirkung. Nebenwirkungen bei Barbituraten sind: Hautausschläge, Schulterschmerzen, Müdigkeit, Sehstörungen, Leberstörungen bis hin zu -versagen, Krampfanfälle, Lähmungen, Allergien und Kopfschmerzen, erhöhte Unfallgefahr. Eine Überdosis kann tödlich sein.

Langzeitfolgen

Barbiturate haben ein hohes körperliches und **psychisches Abhängigkeitspotential**. Dauerhafte Nierenschäden sind möglich.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.

illegal



Mephedron (MMC, 4-Methylmethcathinon) ist eine chemische Verbindung, die strukturell mit Amphetamin verwandt ist. Es wirkt stimulierend und **euphorisierend**.

Mephedron gehört zu den sogenannten „**Research Chemicals**“ (RC's) d.h. es gibt keine wissenschaftlichen Erkenntnisse über Wirkmechanismen, Risiken, Langzeitfolgen sowie mögliche Gefahren beim Mischkonsum. Der aktuelle Stand des Wissens z. B. über die Wirkung reduziert sich fast ausschließlich auf Berichte von Konsumentinnen und Konsumenten.

Oft wird Mephedron in Form von Tabletten jedoch **als eine andere Substanz verkauft** (z. B. als Ecstasy oder Speed) und die Konsumierenden wissen gar nicht, dass es sich dabei um Mephedron handelt. Außerdem **schwankt** die **Konzentration** von MMC in den Tabletten erheblich. Beides stellt ein großes Risiko für Konsumentinnen und Konsumenten dar.

Mephedron ist seit August 2010 als illegale Droge in das **Suchtmittelgesetz** aufgenommen worden und ist somit in Österreich verboten. Davor wurde es von Online-Lieferanten aggressiv vermarktet und häufig als Düngemittel, Badesalz oder sogar Duftspender verkauft – immer mit dem Hinweis, dass es nicht für den menschlichen Konsum geeignet sei.

Szenenamen

Miau Miau, M, M-Cat, Meph, Dusted, Buzz Powder, Northface Ice Cold, Charge+, Drone, Meow Meow, Bubbles, Bounce, Subcoxa, Magic

Aufnahme / Wirkungsdauer

Mephedron kommt als weißes, fein bis grobkörniges Pulver bzw. auch in Tabletten- oder Kapselform vor. Mephedron wird üblicherweise oral eingenommen oder geschnupft. In Einzelfällen wurde auch über einen intravenösen Konsum berichtet.

Die Wirkung tritt bei nasalem Konsum innerhalb weniger Minuten (Wirkungsdauer etwa ein bis zwei Stunden) und bei oralem Konsum nach etwa einer halben bis einer dreiviertel Stunde (Wirkungsdauer etwa drei bis fünf Stunden) ein.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein.

Die Wirkung zeichnet sich durch ein subjektives Gefühl geistiger Klarheit und erhöhter körperlicher Leistungsfähigkeit aus. Mephedron wirkt **stimulierend** und euphorisierend. Charakteristisch sind gesteigerte **Euphorie** und ein starkes Verbundenheitsgefühl mit anderen Menschen. Konsumentinnen und Konsumenten berichten oft von einer intensiveren Wahrnehmung des eigenen Körpers, von Schwebefühlen und allgemeiner Entspannung, sowie einem intensiveren Empfinden von Musik.



Körperliche Wirkung / Risiken

Durch die stimulierende Wirkung von Mephedron kann es zu einer als unangenehm empfundenen **Hyperaktivität**, starker Erhöhung des Blutdrucks und zu Herzrasen (bzw. einem unangenehmen Gefühl in der Herzgegend) kommen. Insbesondere bei Konsum von hohen Dosen können **Wahnvorstellungen** und Paranoia auftreten. Berichtet wird auch eine intensivere Wahrnehmung von Gefühlen, vor allem von starken **depressiven Episoden** mit Weinkrämpfen und vermehrt auftauchenden Suizidgedanken. Die Substanz soll auch epileptische Anfälle auslösen. Konsumierende berichten weiters von unangenehmem Körpergeruch und Kältegefühl, Hautausschlägen, Kopfschmerzen und Gewichtsverlust. Bei nachlassender Wirkung kann es laut Erfahrungsberichten zu erhöhter Nervosität und Verstimmungen kommen. Langanhaltende Schlaflosigkeit, sowie Beeinträchtigung des Kurzzeitgedächtnisses und Erinnerungslücken können ebenfalls auftreten. Als besonders unangenehm, wird das starke **Craving** (starker Drang „nachzulegen“) – insbesondere bei nasalem Konsum – beschrieben. Europaweit hat es schon einige **Tote** durch Mephedronkonsum gegeben.

Langzeitfolgen

Körperliche Langzeitfolgen sind bisher noch **nicht wissenschaftlich untersucht**. Es gibt aber Berichte, denen zufolge nach häufigem Konsum über einen längeren Zeitraum mit einer anhaltenden depressiven Verstimmung (über den üblichen ein bis zwei Tage dauernden Zeitraum eines Hangovers hinaus), eingeschränktem Erinnerungsvermögen und einer Verschlechterung der Konzentration zu rechnen ist.

Aufgrund des starken Drangs wieder nachzulegen, ist anzunehmen, dass es zu einer **psychischen Abhängigkeit** kommen kann. Über eine mögliche körperliche Abhängigkeit kann derzeit keine Aussage getroffen werden.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.

illegal



Meskalin gehört zur Gruppe der Phenethylamine, die eine **halluzinogene Wirkung** haben und wird als kristallines Pulver verkauft. Der Wirkstoff ist z. B. im Peyote-Kaktus (*Lophophora Williamsii*) enthalten, der sehr bitter schmeckt und in der Wüste von Texas bis Mexiko wächst. Die Ureinwohner schätzen die halluzinogene und heilende Wirkung der Pflanze zu rituellen und medizinischen Zwecken. Tatsächlich wurde eine antibakterielle Wirkung gegenüber Staphylokokken-Bakterien nachgewiesen. Meskalin hat eine entfernte Ähnlichkeit mit den körpereigenen, bewusstsverändernden Stoffen Norepinephrin und Adrenalin.

Szenenamen

Mesk, Peyote, Kaktus, Kakteen

Aufnahme / Wirkungsdauer

Entweder wird der Kaktus pulverisiert eingenommen (meist ein kristallines Pulver) oder die Peyote-Scheiben werden gekaut. Auch das Trinken einer Teezubereitung, die durch stundenlanges Auskochen von Peyote hergestellt wird, ist üblich. Meist wird diese sirupartige Masse zusätzlich in Kapseln abgefüllt und geschluckt, um so den bitteren Geschmack zu umgehen. Die Wirkung tritt nach ca. ein bis drei Stunden ein und halten dann ungefähr acht bis zwölf Stunden lang an.

Wirkung / Rausch

Meskalin greift – wie auch LSD – massiv in das Empfinden ein. Optische Sinnestäuschungen bis hin zu voll entwickelten **Halluzinationen** und eine Veränderung des Körperempfindens sind zu beobachten. Die Pupillen sind mehrere Stunden lang erweitert. Das intensive Eingreifen der Droge in das Empfinden löst Euphorie aber oft auch Angst bis hin zu offener Panik aus, woraus sich die/der KonsumentIn nur selten allein lösen kann. Das Zeitgefühl ist verlangsamt und die Grenzen zwischen der eigenen Person und anderen wird als gelockert bis aufgelöst beschrieben. Das Selbstwertgefühl ist extrem hoch, Hunger und Sexualtrieb werden stark vermindert. Gleichgewichtsstörungen und Gangstörungen treten ca. eine halbe bis eine Stunde nach der Einnahme auf. Die Farb- und Formwechsel variieren immer schneller und wandeln sich in traumhafte Szenen um, die als echte Halluzinationen kaum von der Realität zu unterscheiden sind.

Abbau

Meskalin wird in Leber und Niere abgebaut und ist ca. ein bis vier Tage nach der letzten Einnahme nachweisbar.



Körperliche Wirkung / Risiken

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein.

Durch den stark bitteren Geschmack von Peyote ist ein Brechreiz kaum zu unterdrücken. Auch das Abfüllen in Kapseln umgeht diesen Brechreiz nicht, da die Übelkeit zu der Wirkung von Meskalin gehört. Eine Verlangsamung des Pulses, Senkung des Blutdrucks, Verflachung der Atmung, Kopfschmerzen sowie vermehrter Speichelfluss setzen ein. Unfälle durch **Fehlreaktionen** auf nicht als solche erkannte Sinnestäuschungen und Halluzinationen sind möglich. Durch die halluzinogene Wirkung von Meskalin kann es auch zu „**Horrortrips**“ kommen.

Bei psychisch labilen Menschen kann durch den Konsum von Meskalin eine bereits vorhandene psychische Krankheit ausbrechen.

Langzeitfolgen

Körperliche Langzeitfolgen sind bisher noch nicht bekannt. Die Entwicklung einer psychischen Abhängigkeit ist wahrscheinlich.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.

illegal



Opiate sind psychoaktive Substanzen, die aus dem Milchsaft der unreifen **Schlafmohnkapsel** gewonnen werden und ein **starkes Abhängigkeitspotential** besitzen. Opium und das daraus gewonnene Morphin zählen dazu und sind starke **Schmerzmittel**, die meistens bei der Linderung von Tumorschmerzen eingesetzt werden. Opioide sind morphinähnliche Stoffe, die **voll- oder halbsynthetisch** hergestellt werden (Methadon, Tilidin, Fentanyl, usw.) und in ihrer Wirkung den Opiaten ähnlich sind. Sie werden als medizinische Schmerzmittel bzw. zur Linderung des Heroinentzugs (Methadon) eingesetzt. Das bekannteste, teilsynthetische Opioid ist Heroin.

Methadon ist ein vollsynthetisches Opioid, das zur Behandlung schwerst Heroinabhängiger eingesetzt wird (Substitution). Methadon lindert die Entzugserscheinungen, euphorisiert nicht und ist deshalb als Droge kaum geeignet. Trotz alledem macht der Gebrauch dieses Ersatzes extrem abhängig. Kodein ist mit Morphin verwandt und Bestandteil verschiedenster Medikamente (einige Hustensäfte, Schmerz stillende Medikamente, usw.), die wegen ihrer Suchtgefahr verschreibungspflichtig sind. Kodein wird in seiner reinen Form daher sehr oft als Drogenersatz missbraucht.

Szenenamen

Mohn, Morphin, Morphinium, Opium, Meperidin, Demerol, MPPP, MPTP, Fentanyl, Valoron, Tilidin, etc.

Aufnahme / Wirkungsdauer

Opium wird im Großteil aller Fälle in Opiumpfeifen geraucht. Diese Pfeifen können den Stoff bis zur Rauchentwicklung erhitzen ohne ihn aber zu entzünden. Nicht so verbreitet ist das sogenannte Folienrauchen, bei dem das Opium auf einer Alufolie erhitzt und die aufsteigenden Dämpfe mit einem Strohhalm oder einem anderweitigem Rohr aufgesogen und inhaliert werden. Die orale Einnahme des Rohopiums als Speise oder Teezubereitung wird wegen der verminderten Wirksamkeit und des bitteren Geschmacks weniger oft angewandt. Opioide oder Morphin werden gespritzt oder (seltener) als Tablette eingenommen. Die Wirkung hält ungefähr drei bis fünf Stunden lang an.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Opioide wirken stark **euphorisierend**, angst- und schmerzmindernd. Nach einem blitzartigen Hochgefühl folgt eine wohlige Ruhephase mit innerem Frieden. **Negative Nachschwankung** und Depression sowie Unruhe können auch auftreten. Das Abhängigkeitspotential von Opioiden ist sehr hoch. Opium erzeugt in niedriger Dosis ein wohlige und entspannendes Gefühl. Einige Konsumentinnen/Konsumenten berichten von Tagträumerei und einem verbesserten Denkvermögen. Bei höherer Dosis ist die Wirkung euphorisch und genussvoller. Die Tagträume nehmen zu, ohne in Halluzinationen überzugreifen. Bei sehr hohen Dosen ist die/der KonsumentIn so beruhigt, dass sie/er ständig einschläft. Bei einer **Überdosierung** folgen Atemlähmungen und Herz-Kreislauf-Stillstand.

Abbau

Opiate und Opioid werden hauptsächlich über die Nieren ausgeschieden. Ca. 20 Prozent verlassen über den Darm den Körper.

Bei einem Urintest oder Bluttest sind Opiate und Opioid zwei bis vier Tage nach der Einnahme nachweisbar. Bei einer Haaranalyse sind diese Substanzen bis zu 90 Tage nach der Einnahme nachweisbar. Allerdings können beide Testverfahren nicht genau definieren, ob die/der KonsumentIn reines Opium oder artverwandte Stoffe wie Heroin oder Morphin genommen hat.

Die quantitativen Schnelltests zum Nachweis von Opiaten und Opioiden sind sehr empfindlich. Schon die Einnahme von einigen Mohnkuchenstücken führen zu einem (falschen) positiven Ergebnis. Mohnkuchen enthält zwar keine psychoaktiven Opiate, aber Inhaltsstoffe, die das Vorhandensein derselben vortäuschen.



Körperliche Wirkung / Risiken

Zu den körperlichen Wirkungen zählen: Schwitzen, Juckreiz, Muskeler schlaffung, Schwindel, Kopfschmerzen, Mundtrockenheit, Erbrechen, Einengung der Pupillen, Verstopfung, Verkrampfung der Gallenwege, niedriger Blutdruck bis Schock, Gleichgewichtsstörungen, Verlangsamung der Herzfrequenz bis zum Herzstillstand, Spannungsgefühl in der Harnblase, Schwierigkeiten beim Wasserlassen.

Langzeitfolgen

Es kann sich eine schwere psychische und physische Abhängigkeit entwickeln. Leberschäden, Magen- und Darmstörungen, der Verlust sämtlicher Interessen – welcher bis zur Isolation führen kann und soziale Probleme, wie Verwahrlosung, Prostitution und Beschaffungskriminalität sind Langzeitfolgen, die bei dauerhaftem Konsum auftreten können.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Opium sollte **nicht intravenös** injiziert werden, da verunreinigte Pflanzenteile eine hohe Infektionsgefahr darstellen und mehrfach kleine und lebensgefährliche Blutgerinnsel erzeugen können.
- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.



PCP ist die Abkürzung von Phenyl-Cyclidin-Piperidin, einer **synthetischen** Substanz, die eigentlich als **Schmerzmittel** entwickelt wurde. Da es zu unerwünschten Nebenwirkungen wie Krampfanfällen und Halluzinationen kam, wurde das Mittel vom Markt genommen. PCP ist ein weißes, kristallines, gut wasserlösliches Pulver. Flüssiges PCP ist meist sirupartig und braun bis schwarz. Als Droge erlebte PCP seine Hochzeit in den 60er bis 70er Jahren, wird jedoch aufgrund seiner unberechenbaren Wirkung verstärkt gemieden. PCP ist sehr billig herzustellen, dementsprechend günstig zu erwerben und wird daher oft als Droge der Armen bezeichnet.

Szenenamen

Angel Dust, Crystal, Dust, Engelsstaub, Flakes, Hog High as a Dog, Hyperdust, Magic Wack, Mist, Monkey, Peacepill, Peace Powder, Space Base, Star Tripper, Superweed, Wack, Slum Drug, Loveleys.

Aufnahme / Wirkungsdauer

PCP wird geschnupft, gespritzt und als Tablette oder gelegentlich auch als Spray konsumiert. In flüssiges PCP getunkte Zigaretten sind als Loveleys bekannt geworden. Bei oraler Einnahme ist innerhalb von einer halben bis einer Stunde mit dem Rausch zu rechnen. Beim Rauchen sogar schon nach zwei bis fünf Minuten. Die Wirkung hält – abhängig von der Dosis – sechs bis 48 Stunden lang an.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. PCP wirkt **halluzinogen**, schmerzstillend und euphorisierend. Die Rauschwirkung von PCP wird oft als eine der kältesten, nervösesten und unkontrolliertesten überhaupt beschrieben. Starke **Euphorie** oder **panische Angst** prägen den Rausch, wobei die unangenehmen und angstvollen Erlebnisse dominieren.

Bei niedriger Dosierung stellt sich ein verändertes Körpergefühl ein, die Umgebung wird oftmals als surreal wahrgenommen und wirkt verzerrt. Das Denken ist beeinträchtigt und bei einigen verursacht die veränderte Wahrnehmung der Umgebung panische Angst. Diese Panik und das fehlende Schmerzempfinden können unkontrolliert zu einem Fehlverhalten mit gesundheitsschädigendem Ausgang führen. Es sind Fälle bekannt, in denen sich Konsumentinnen und Konsumenten selbst verstümmelt haben.

Bei höherer Dosierung wirkt PCP narkotisch und die/der KonsumentIn kann mitunter bewusstlos werden und verfällt später in einen starren, **apathisch** wirkenden Zustand. Die Kontrolle über den Körper geht verloren dies äußert sich in Bewegungsunfähigkeit, unartikuliertem Sprechen und unlogischem Denken. Die/Der KonsumentIn fühlt sich von der Außenwelt abgeschnitten und Halluzinationen (vor allem akustische in Form von „Geisterstimmen“) können verstärkt auftreten.

Abbau

PCP wird in Leber und Niere abgebaut. Es lässt sich im Urin zwei bis vier Tage nach der letzten Einnahme nachweisen. Bei regelmäßigem Konsum kann sich PCP - durch die Einlagerung der Droge im Fettgewebe des Körpers - entsprechend länger nachweisen lassen.



Körperliche Wirkung / Risiken

Während des Rausches treten die üblichen Wirkungen wie Bluthochdruck, Temperaturanstieg (begleitet von starkem Schwitzen) mit Übelkeit und Erbrechen auf. Das **Schmerzempfinden** ist drastisch **gesenkt**. Bei höheren Dosierungen ist eine starke Senkung des Herzschlags und des Blutdrucks zu beobachten. Starke Muskelkrämpfe und -zuckungen führen zu unkoordinierten Bewegungen, die bei noch höheren Dosierungen zu epileptischen Anfällen ausufern können. Bei **Überdosierung** tritt ein tiefes Koma ein, das tagelang andauern und bis zum Tod führen kann.

Langzeitfolgen

Der längerfristige Gebrauch von PCP kann zu Sprachstörungen, Minderung der Gedächtnisleistung und Depressionen führen, sowie zu einer tagelangen Verwirrung mit psychotischem Charakter. PCP kann ein Zustandsbild hervorrufen, das der Schizophrenie ähnlich ist. Zudem kann sich eine **psychische Abhängigkeit** entwickeln.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.

illegal



Paramethoxyamphetamin (kurz PMA) ist ein beiges, weißes oder zartrosa Pulver und ist ein Abkömmling (Derivat) der **Amphetamine**. PMA wird meist in Pillenform als Ecstasy verkauft, so dass die Konsumierenden nicht wissen, dass sie PMA genommen haben. Der Konsum von PMA endete bereits in mehreren Fällen mit dem **Tod** durch Organversagen. Personen, die bisher durch PMA verstorben sind, waren davon ausgegangen, **Ecstasy-Pillen** konsumiert zu haben, die MDMA als Wirkstoff enthalten sollten.

Aufnahme / Wirkungsdauer

Die PMA-haltigen Tabletten werden oral eingenommen. Die Wirkung tritt erst sehr spät ein. Je nach körperlicher Verfassung ist nach ca. einer Stunde mit der Wirkung zu rechnen. Bei einer normalen Dosis endet der Rausch nach ca. fünf Stunden.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Bei geringer Dosierung steigen der Blutdruck und die Körpertemperatur abrupt und stark an. Der Rausch ähnelt anfangs dem von Alkohol, später treten **Halluzinationen**, **Euphorie** und Bewegungsdrang auf. Ungewöhnliche Körperempfindungen wie Kribbeln am Körper und Taubheitsgefühle auf der Haut und den Gliedmaßen stellen weitere Symptome nach dem PMA Konsum dar.



Körperliche Wirkung / Risiken

Ist die Dosierung höher, verursacht PMA einen noch stärkeren **Anstieg der Körpertemperatur** und des Blutdrucks. Der Puls beginnt zu rasen, die Atemgeschwindigkeit steigt und der Atem wird gleichzeitig schwerer. Die feinmotorische Körperkontrolle verschwindet (Augen bewegen sich sprunghaft) und Muskelkrämpfe, Übelkeit und Erbrechen können auftreten.

Da die Körpertemperatur auf 40 bis 42 Grad Celsius steigt, sind Beeinträchtigungen der Gehirnzellen, Bewusstlosigkeit und Koma nicht selten. Ab 42 Grad werden die inneren Organe geschädigt. Nach dem Konsum großer Mengen PMA können Herzrhythmusstörungen und krampfartige Anfälle auftreten.

Aufgrund der hohen Körpertemperaturen kann es im späteren Verlauf zu Blutungen in Magen, Dünndarm und Dickdarm, sowie zu Gehirnblutungen kommen. Betroffene fallen in ein Koma und sterben an Organversagen.

Langzeitfolgen

Über Langzeitfolgen von PMA ist noch nichts bekannt. PMA ist bei gleicher Dosierung jedoch giftiger als sein Pendant MDMA.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.

legal



Poppers ist ein Sammelbegriff für **Schnüffelstoffe**, denen eine aphrodisierende und schmerzstillende Wirkung nachgesagt wird. Die Substanz ist eine gelbliche, brennbare, leicht flüchtige Flüssigkeit, die oft stark fruchtig und unangenehm riecht. Die Dämpfe der Flüssigkeit werden aus kleinen, oft bunten **Fläschchen** inhaliert. Die meisten chemischen Inhaltsstoffe (Butyl-, Amyl-, Isobutylnitrit) von Poppers unterliegen dem **Arzneimittelgesetz**. Somit ist das Bewerben, Vertreiben und die Weitergabe von Poppers verboten. Händler müssen bei Zuwiderhandeln mit empfindlichen Verwaltungsstrafen rechnen. Der Besitz und der Konsum des Wirkstoffs selbst sind nicht strafbar.

Szenenamen

Poppers, Rush, Rave, Hardware

Aufnahme / Wirkungsdauer

Poppers werden über die Atemorgane **inhaliert**. Der Rausch tritt nach wenigen Sekunden ein und dauert ca. drei bis zehn Minuten an. Durch wiederholtes Schnüffeln kann der Rausch über einen längeren Zeitraum aufrechterhalten werden.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Poppers hemmen die Schmerzempfindung und lösen einen kurzen Rausch aus. Ein Gefühl von Schwindel, Herzklopfen und Wärme entsteht. Danach **sinkt** auf Grund der erweiterten Blutgefäße der **Blutdruck**, die Haut an Oberkörper und Gesicht erröte stark und ein Hitzegefühl macht sich im gesamten Körper breit. Es wird der Abbau von Hemmungen, intensiveres Berührungsempfinden und eine sexuell **stimulierende Wirkung** beschrieben.



Körperliche Wirkung / Risiken

Durch die **blutdrucksenkende Wirkung** kann der Blutdruck bis zur Ohnmacht absinken und die Sauerstoffversorgung des Gehirns kann drastisch beeinträchtigt werden. Dadurch können Kopfschmerzen ausgelöst werden. Poppers sollen sich außerdem **schädigend** auf das **Gehirn** und das Immunsystem auswirken. Bei einer **Überdosierung** mit Poppers kommt es zu einem sehr raschen **Blutdruckabfall** mit der Gefahr, dass das Gehirn nicht mehr mit genügend Sauerstoff versorgt wird. Auch ein Schlaganfall mit dauerhaften Lähmungen kann die Folge einer Überdosierung sein.

Falls Poppers getrunken werden, besteht akute **Lebensgefahr**, da die Flüssigkeit stark ätzend ist. Man sollte sofort eine(n) Ärztin/Arzt verständigen und kaltes Wasser trinken. Vom Erbrechen ist abzuraten, da sonst die Speiseröhre und der Rachen noch mehr verätzt werden. Bei **Verätzungen** der Haut oder Augen sollte man mindestens 20 Minuten mit kaltem Wasser spülen und eine(n) Ärztin/Arzt aufsuchen.

Langzeitfolgen

Der häufige und langfristige Gebrauch von Poppers kann Herzrhythmusstörungen, Verätzungen der Nasenschleimhäute sowie Impotenz hervorrufen. Eine **psychische Abhängigkeit** von Poppers kann ebenfalls entstehen.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, Poppers zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen. Vor allem vor der Kombination mit dem Medikament **Viagra** muss dringend **gewarnt** werden, da sich die Wirkung potenziert und es zu einem lebensbedrohlichen Blutdruckabfall kommen kann.
- Personen mit niedrigem Blutdruck, Herzrhythmusstörungen oder Blutarmut sollten Poppers auf keinen Fall verwenden.
- Bei Kontakt mit Schleimhäuten oder Augen muss sofort mit kaltem **Wasser gespült** werden.
- Um Folgeschäden zu vermeiden sollte umgehend ein(e) Ärztin/Arzt aufgesucht werden.
- Bei **Verschlucken** der Flüssigkeit sollte sofort ein(e) Ärztin/Arzt verständigt und kaltes Wasser getrunken werden. Vom Erbrechen ist abzuraten, da sonst die Speiseröhre und der Rachen noch mehr **verätzt** werden.
- Vorsicht mit Feuerzeugen, Zigaretten etc., denn Poppers sind **leicht brennbar**.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.

illegal



Als Zauberpilze werden oft jene Pilze bezeichnet, die die **halluzinogenen** Wirkstoffe Psilocybin und Psilocin enthalten. Einer der bekanntesten psilocybinhaltigen Pilze ist der Spitzkegelige Kahlkopf. Meist sind diese Pilze als Speisepilz ungenießbar oder **giftig**. Die Substanzen Psilocin und Psilocybin unterliegen in Österreich dem Suchtmittelgesetz. Der Erwerb, der Besitz, die Erzeugung, die Ein- und Ausfuhr, die Überlassung an und Verschaffung für andere (Weitergabe und Verkauf) sind gerichtlich strafbar und können Geld- oder Freiheitsstrafen nach sich ziehen. Im **Suchtmittelgesetz** werden die eigentlichen Pilze aber nicht ausdrücklich erwähnt. Wer psilocybinhaltige Pilze sammelt macht sich strafbar.

Szenenamen

Magic Mushrooms, Mushrooms, Psilos, Psylos, Zauberpilze, Kahlkopf und die einzelnen Pilznamen

Aufnahme / Wirkungsdauer

Die Pilze werden roh gegessen oder als Sud gepresst. Manchmal werden die Pilze auch in Alkohol eingelegt oder in Öl gebraten verzehrt. Berichte über das Rauchen psilocybinhaltiger Pilze sind widersprüchlich – einige Konsumentinnen/Konsumenten berichten von einem schnellen Wirkungseintritt, während andere keinerlei Wirkung feststellen konnten.

Ein Pilzrausch dauert ca. zwei bis vier (bei hohen Dosen vier bis acht) Stunden und bricht danach meist abrupt ab.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Der Rauschzustand ist durch **Halluzinationen**, euphorische Gefühle und eine veränderte Sinneswahrnehmung geprägt. Die Raumwahrnehmung und das Zeitgefühl sind gestört. Die/Der KonsumentIn wird sehr müde und kann bei höheren Dosierungen einschlafen, da die Wirkung der Pilze den Antrieb eher vermindert. Angstzustände, Verfolgungswahn und **Panikattacken** sind ebenfalls möglich.

Abbau

Psilocybin wird in der Leber verstoffwechselt und dann über die Nieren ausgeschieden. Psilocybin ist ca. ein bis drei Tage nach der letzten Einnahme noch nachweisbar.



Körperliche Wirkung / Risiken

Studien haben zwar zeigen können, dass Psilocybin keine ernsthaften körperlichen Komplikationen bewirkt, die psychischen können aber gravierend sein und haben auch schon zu tödlichen Unfällen geführt – vor allem aufgrund von **Fehlreaktionen** auf nicht als solche erkannte **Sinnes-täuschungen**.

Halluzinogene Pilze können leicht mit anderen extrem giftigen Pilzarten verwechselt werden und zu **Vergiftungen** mit Nierenschädigungen, bis hin zu lebenslanger Dialysepflicht, führen. Deshalb ist es im Interesse der eigenen Gesundheit ratsam, bei der kleinsten Unsicherheit selbst gefundene Pilze nicht zu konsumieren.

Eine **Überdosierung** ist bei Pilzen immer zu befürchten, da der Wirkstoffgehalt unter den einzelnen Pilzen stark schwankt und manche Personen empfindlicher auf Psilocybin reagieren als andere.

Wie hoch die Gefahr eines Flashbacks ist, lässt sich nicht genau abschätzen. Flashback-Symptome beinhalten die typischen Effekte von Halluzinationen, die teilweise als sehr beängstigend empfunden werden und bis zu Monaten später auftreten können.

Langzeitfolgen

Körperliche Schäden durch den Gebrauch von Psilocybin sind bisher noch nicht bekannt. Bei Dauerkonsum wird man **psychisch ausgelaugt** und es entwickelt sich, wie bei fast allen Drogen, eine **Toleranz** gegenüber dem Wirkstoff. Das heißt, die/der KonsumentIn muss immer mehr konsumieren um die gleiche Wirkung zu erzielen.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.

VERSCHREIBUNGSPFLICHTIG

legal



Ritalin ist ein **verschreibungspflichtiges** Medikament, welches Methylphenidat enthält, einen Amphetamin-Verwandten. Wird Ritalin ohne medizinische Indikation oder in höheren, als den verordneten, Dosen eingenommen, dann spricht man von einem **missbräuchlichen Gebrauch**.

Ritalin wird Kindern mit der Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (**ADHS**) verabreicht. Kinder mit diesen Symptomen werden nach Einnahme des aufputschenden Medikaments ruhiger. Außerdem wird Ritalin zur Behandlung von Patienten mit Narkolepsie (Schlafkrankheit) angewandt. Ritalin wird in der Drogenszene oft als „Ersatz Speed“ gehandelt.

Szenenamen

Ritas, Pep

Aufnahme / Wirkungsdauer

Ritalin wird in Pillenform angeboten und meist auch oral konsumiert. In seltenen Fällen wird es auch zerstoßen und geschnupft oder aufgelöst injiziert. Eine besondere Gefahr geht vom Spritzen aus, da die nicht löslichen Füllstoffe der Tablette kleine Blutgefäße verstopfen und Schäden an der Lunge oder der Netzhaut hervorrufen können.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Ritalin wird zur Vertreibung von Müdigkeit, zur **Aufmerksamkeitssteigerung** und zur Auslösung **euphorischer Gefühle** verwendet. Es kann auch zu **Halluzinationen**, gesteigerter Nervosität und Schlaflosigkeit führen.

Abbau

Ritalin wird zum größten Teil über die Niere ausgeschieden.



Körperliche Wirkung / Risiken

Gelegentlich treten nach der Einnahme von Ritalin auf nüchternen Magen Übelkeit, Bauchschmerzen oder Erbrechen auf. Bei hochdosiertem Missbrauch als Droge kann das Medikament zu schweren Angstzuständen und psychotischen Zuständen führen. Ferner wurde das Eintreten von Muskelkrämpfen und Verwirrheitszuständen beobachtet. Im Entzug ist mit hoher Depressivität zu rechnen.

Außerdem sind Schwindel, Schweißausbrüche, Hitzewallungen bis hin zu Fieber, Kopfschmerzen, Herzrhythmusstörungen und Trockenheit der Schleimhäute möglich.

Langzeitfolgen

Über Langzeitfolgen ist noch nichts bekannt. Es ist jedoch zu vermuten, dass diese denen von anderen Amphetaminen ähneln. Es wird davon ausgegangen, dass sich bei bestimmungsgemäßem Einsatz und therapeutisch wirksamer Dosierung von Ritalin keine Abhängigkeit entwickelt. Bei missbräuchlichem Gebrauch entwickelt sich jedoch eine **psychische Abhängigkeit**.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, Medikamente zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.

legal



Salvia Divinorum oder umgangssprachlich Aztekensalbei ist eine zehn bis 20 Zentimeter hohe immergrüne Pflanze mit charakteristisch viereckigem Stängel und **psychoaktiver Wirkung**. Der Hauptwirkstoff ist Salvinorin A, welches schon in geringer Menge starke halluzinogene Wirkung haben kann. Der Wirkstoff gilt als das stärkste, natürlich vorkommende **Halluzinogen**.

Szenenamen

Aztekensalbei, Salvia, Zaubersalbei, Wahrsagesalbei

Aufnahme / Wirkungsdauer

Die Blätter werden entweder gekaut oder in getrockneter Form in Wasserpfeifen oder mit Tabak geraucht. Seltener ist die orale Anwendung von Salvia-Extrakt. Der Rausch tritt beim Rauchen innerhalb von 30 Sekunden ein und hält ca. fünf Minuten bis eine halbe Stunde lang an. Bei oralem Gebrauch setzt die Wirkung nach ca. zehn Minuten ein und klingt nach ein bis zwei Stunden wieder ab.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Die Droge wird von vielen Konsumierenden **unterschätzt** und als harmlos eingeordnet. Die Wirkung wird von einigen als sehr stark und dem LSD-Rausch ähnlich beschrieben. Andere Konsumentinnen und Konsumenten wiederum spüren nicht mehr als einen milden Rausch, am ehesten vergleichbar mit dem beim Konsum von geringen Mengen Alkohol oder Marihuana.

Bei niedrigen Dosierungen dominieren halluzinogene **Farb- und Formverzerrungen**. Bei hohen Dosen kann es zu ungewöhnlichen und **heftigen psychischen Effekten** kommen. Konsumierende berichten beispielsweise davon, das Gefühl zu haben, sich in ein Objekt zu verwandeln.

Unerfahrene Personen können während des Rausches dem **Trugschluss** erliegen, dass die Welt in der bisher dagewesenen Form aufgehört hat zu existieren und sie wahnsinnig geworden sind.



Körperliche Wirkung / Risiken

Untersuchungen zur körperlichen Wirkung während des Rausches und Risiken sind noch **nicht erforscht**. Da es sich um ein Halluzinogen handelt, muss man davon ausgehen, dass der Konsum von Salvia auch die für Halluzinogene typischen, psychischen Risiken nach sich ziehen kann. Diese wären z. B. **Panikattacken, Selbstgefährdung** durch Verkennung der Realität, dauerhafte Psychosen oder **Flashbacks**.

Langzeitfolgen

Untersuchungen über die Langzeitfolgen des Salvia-Divinorum Konsums gibt es nicht.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.

legal



Schnüffelstoffe sind Lacke, Kleb- und Verdünnungsstoffe die durch die Nase oder den Mund **inhaliert** werden. Schnüffeltauglich sind flüchtige Lösungsmittel und bestimmte Gase, die in frei verkäuflichen Klebstoffen, Reinigungsmitteln und Sprays enthalten sind. Da die meisten als Schnüffelstoffe missbräuchlich verwendeten **Substanzen im Alltagsgebrauch** für andere Zwecke eingesetzt werden, unterliegen sie nicht dem Suchtmittelgesetz.

Aufnahme / Wirkungsdauer

Die Schnüffelstoffe werden über die Atemorgane inhaliert. Der Rausch tritt nach wenigen Sekunden ein und dauert zwischen einer Minute und einer halben Stunde. Durch wiederholtes Schnüffeln kann der Rausch über einen längeren Zeitraum aufrechterhalten werden.

Wirkung / Rausch

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Fast alle Substanzen, die zum Schnüffeln verwendet werden, wirken **narkoseähnlich**. Dabei verlangsamen sich die Körper- und Gehirnfunktionen. Nach Konzentrationsstörungen und schwacher Benommenheit treten meist Euphorie, Enthemmung und Halluzinationen auf.



Körperliche Wirkung / Risiken

Schleimhautreizungen, Übelkeit, Erbrechen, Zerstörung der Atemwege und Verwirrtheit können auftreten. Bei einer akuten **Vergiftung** kommt es zunächst zu Übelkeit und Erbrechen sowie zu Sprach-, Koordinations- und Gleichgewichtsstörungen, außerdem versagt die Harnausscheidung. Die Vergiftung kann **lebensgefährlich** sein, weil es zu Atemlähmungen, epileptischen Anfällen und Herzrhythmusstörungen bis hin zum Herzstillstand kommen kann. Falls Schnüffelstoffe verschluckt werden, kann dies zu einer lebensgefährlichen Vergiftung führen. Oft werden Plastiksäcke als «Atemmaske» benutzt oder über den Kopf gestülpt. Dabei besteht hohe Erstickungsgefahr und es kommt immer wieder zu **tödlichen Unfällen**.

Langzeitfolgen

Bei chronischem Missbrauch ist mit gravierenden **Organ- und Nervenschäden** zu rechnen, da Lösungsmittel Gift für die inneren Organe sind. Eine Zerstörung der Atemwege, der Nieren und der Leber, irreversible Hirnschäden, Konzentrations- und Leistungsstörungen, Atemstillstand sowie Herz- und Kreislaufversagen werden beschrieben. Darüber hinaus kann sich eine starke **psychische Abhängigkeit** entwickeln, in deren Folge sich die Persönlichkeit verändert. Körperliche Entzugserscheinungen sind bisher keine bekannt. Bei Schwangeren kann es zu Schädigungen des ungeborenen Kindes kommen.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, Schnüffelstoffe zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Bei **Verschlucken** der Schnüffelstoffe sollte sofort ein(e) Ärztin/Arzt verständigt und kaltes Wasser getrunken werden. Vom Erbrechen ist abzuraten, da sonst die Speiseröhre und der Rachen noch mehr **verätzt** werden.
- Vorsicht mit Feuerzeugen, Zigaretten, etc., denn Schnüffelstoffe sind **leicht brennbar**.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.

legal



Snus oder Snaff ist ein rauchloses **Tabakprodukt**, das zwischen **Lippe** und Zahnfleisch **geschoben** wird. Er besteht aus fein gemahlenem Tabak, vermengt mit Aromen, Salzen, Wasser, Feuchthaltmitteln und Puffer.

Europaweit ist der Verkauf von Snus durch die Tabakprodukt-Richtlinie 2001/37/EU verboten (umgesetzt im Tabakgesetz § 2. (1) Z.2). Einzig Schweden hat 1994 eine Ausnahmeregelung erwirkt. In dem skandinavischen Land ist der Verkauf erlaubt und der Konsum weit verbreitet.

In Österreich kann Snus nur unter der Hand oder über das Internet erworben werden kann. Die Einfuhr für den Eigenbedarf und der **Konsum** sind **straffrei**. Da es sich bei Snus um ein Tabakerzeugnis handelt, fällt der Snuskonsum in Österreich unter das **Jugendschutzgesetz** und ist somit erst ab 16 Jahren erlaubt. Der Konsum von Snus fällt allerdings nicht unter das Suchtmittelgesetz.

Aufnahme / Wirkungsdauer

Snus wird in Form von kleinen Beutelchen oder als feuchte Paste, die zu Bällchen geformt wird, unter Ober- oder Unterlippe gepresst oder direkt in die Mundhöhle gelegt und etwa eine Viertelstunde lang im Mund behalten. Während dieser Zeit nimmt der Körper über die Mundschleimhaut das im Snus enthaltene Nikotin und andere Schadstoffe wie Nitrosamine auf.

Wirkung / Rausch

Das im Tabak enthaltene Nikotin kann sowohl anregend als auch beruhigend wirken und bewirkt Abhängigkeit. Beim „Snusen“ gelangt das Nikotin langsamer ins Blut als beim Rauchen einer Zigarette, die Nikotinkonzentration sinkt jedoch auch langsamer ab. Konsumenten von Snus sind also länger einer hohen Nikotinkonzentration ausgesetzt als RaucherInnen. Konsumiert man Snus, kann man über den Tag hinweg im Durchschnitt gleich viel oder sogar mehr Nikotin als durch Zigaretten aufnehmen. Dadurch können die Abhängigkeits- und Entzugssymptome sogar stärker sein als bei RaucherInnen.



Körperliche Wirkung / Risiken

Auch rauchlose Tabakprodukte wie Snus verursachen **gesundheitliche Schäden**. ForscherInnen fanden insgesamt 28 Substanzen, die Bauchspeicheldrüsenkrebs, Mundhöhlenkrebs und Speiseröhrenkrebs hervorrufen können. Rauchlose Tabakprodukte verursachen außerdem Parodontitis, Karies, Zahnverlust, Zahnfleischrückgang, Frühgeburten und schwangerschaftsbedingten Bluthochdruck. Möglicherweise schädigen sie auch das Herz-Kreislaufsystem und sind an der Entstehung von Diabetes und dem metabolischen Syndrom beteiligt.

Langzeitfolgen

Snus enthält, wie gerauchter Tabak, Nikotin – folglich führt der Konsum zu einer **Nikotinabhängigkeit**. Lungenkrebs tritt bei Snus nicht auf, stattdessen gibt es einen Zusammenhang zwischen dem Konsum von Snus und Mundkrebs. „Snusen“ kann zu Schädigungen des Zahnfleisches, der Halschleimhaut und des Kehlkopfes führen. Es können sich Karzinome in der Mundhöhle oder auf den Lippen bilden, die Zähne können sich verfärben und es kann zu Magenproblemen kommen.

legal



„Spice“ ist eine Mischung aus verschiedenen **getrockneten Kräutern** und Pflanzenteilen, welcher **synthetische Cannabinoide** beigemischt werden. Der Rauschzustand wird nicht von den Kräutern erzeugt, sondern von den nicht deklarierten synthetischen Substanzen. Der Konsum kann jedoch mit **nicht absehbaren gesundheitlichen Risiken bzw. Schäden** verbunden sein, da es über die Wirkungsweise und Langzeitfolgen dieser synthetischen Substanzen noch keine wissenschaftlichen Erkenntnisse gibt und die synthetischen Cannabinoide in den Mischungen in verschiedenen und **stark schwankenden Konzentrationen** enthalten sind.

Immer wieder tauchen Kräutermischungen mit neuen Namen – wie z. B. Lava Red – auf, die als **Nachfolgeprodukte** von „Spice“ auf den Markt gebracht werden. Deren Inhalt und Wirkung ist noch nicht näher bekannt, daher sollte vom Konsum jedenfalls Abstand genommen werden. Spice und andere Kräutermischungen unterliegen dem österreichischen **Arzneimittelgesetz**. Die Weitergabe, Verwendung bzw. der **Verkauf** ist somit in Österreich **verboten**.

Szenenamen

Spice, Lava Red, Silver, Spice Gold, Spice Diamond, Spice Arctic Synergy, Spice Tropical Synergy, Spice Egypt, Spice Yukatan Fire, Smoke, Sence, ChillX, Highdi's

Aufnahme / Wirkungsdauer

Spice wird als Räuchermischung verkauft um einen angenehmen Raumduft zu erzeugen. Konsumierende rauchen die Kräutermischung pur, gemischt mit Tabak oder über ein Bong. Der Rausch stellt sich ungefähr nach fünf bis zehn Minuten ein und hält zwischen drei und zwölf Stunden lang an.

Wirkung / Rausch

Die **psychoaktiven** Effekte von Kräutermischungen hängen von der Dosis, der Einnahmeform, der Umgebung in der konsumiert wird, sowie der Erfahrung und Erwartung der Konsumentinnen und Konsumenten ab und können dadurch sehr unterschiedlich sein. Konsumierende berichten von einer **Wirkung**, die der von **Marihuana** ähnlich ist. Neben einer Veränderung des Zeitempfindens werden vor allem Gefühlszustände und Sinneseindrücke verstärkt. Der Konsum von Kräutermischungen kann zu leichter Euphorie, Entspannung und Heiterkeit führen. Positive und negative Stimmungen können verstärkt werden.



Körperliche Wirkung / Risiken

Es kann zu einer eingeschränkten kognitiven Leistungsfähigkeit kommen, vor allem die **Konzentrationsfähigkeit** und die Aufmerksamkeit sind **verzögert**. Ebenso können sich nach dem Konsum Müdigkeit und **depressive Verstimmungen** einstellen. Konsum großer Mengen kann zu **Wahnvorstellungen**, Angstzuständen, Kreislaufproblemen und Kopfschmerzen führen. Nach dem „Runterkommen“ sind apathische Zustände, Konzentrationsschwierigkeiten, Kopfweh und ein längere Zeit anhaltender „Kater“ möglich.

Die genaue Zusammensetzung und **Konzentration** der **Inhaltsstoffe** und chemischen Zusatzstoffe von Kräutermischungen ist von Hersteller zu Hersteller **verschieden**. Dies erschwert eindeutige Aussagen zur Wirkung und vor allem auch zu möglichen Nebenwirkungen und Langzeitfolgen. Konsumentinnen und Konsumenten können sich nie darauf verlassen, dass sie jedes Mal das gleiche Produkt bekommen.

Langzeitfolgen

Da Kräutermischungen noch nicht lange im Umlauf sind, liegen **keine Langzeitstudien** vor. Es lässt sich jedoch vermuten, dass regelmäßiger Konsum (mehrmals pro Woche oder gar täglich) – ähnlich wie bei Cannabis – zu **psychischer Abhängigkeit** sowie zu Energie- und Motivationslosigkeit führen kann. Außerdem kann es durch die Teerstoffe im Rauch zu **Lungenerkrankungen** wie Bronchitis und Lungenkrebs kommen.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.



Der Stechapfel (*Datura stramonium*) gehört zur Gruppe der **Nachtschattengewächse**. Den im Stechapfel enthaltenen psychoaktiven Substanzen (Scopolamin, Hyoscyamin) wird eine **halluzinogene Wirkung** zugeschrieben.

Die Pflanze ist 30 bis 120 Zentimeter hoch und hat gezähnte Blätter, die bis zu 20 Zentimeter lang werden können. Die Blüten sind weiß oder violett und trichterförmig. Der Stechapfel blüht zwischen Juni und September und hat stachelige Früchte (die Stechäpfel), die schwarze, nierenförmige Samen enthalten.

Aufnahme / Wirkungsdauer

Pflanzenteile bzw. Samen der Stechapfelfrucht werden als Sud gepresst oder als Tee ausgekocht. Schon das Inhalieren der Dämpfe der trompetenartigen Blüten kann gesundheitsschädlich sein. Zwei bis vier Stunden nach der Aufnahme können Halluzinationen auftreten, die mitunter sehr lange anhalten können (sechs Stunden bis eineinhalb Tage).

Wirkung / Rausch

Die enthaltenen psychoaktiven Substanzen sind **hochgradig halluzinogen**. Sie bewirken eine Auflösung des Zeitempfindens, was sich bis zu psychoseähnlichen Zuständen steigern kann. Angstzustände und Unruhe können hinzukommen. Die/Der KonsumentIn befinden sich während des Rausches in einem halbwachem Zustand mit real wirkenden Halluzinationen, ist aber noch in der Lage zu sprechen und zu denken. Oft tritt ein säuerlicher Geschmack im Mund auf.



Körperliche Wirkung / Risiken

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein.

Das gesamte Nervensystem wird gestört: Schluck- und Sprachstörungen gehen einher mit Mundtrockenheit und Sehstörungen sowie Gleichgewichtsstörungen. Die Konsumentin/den Konsumenten plagt motorische Unruhe, aber auch Weinkrämpfe, der Drang zu reden ist sehr stark. Im schlimmsten Fall sind auch Herzrhythmusstörungen und komatöse Zustände möglich, die bis hin zu Bewusstlosigkeit und zum Tod durch Atemlähmung führen können. Erste Anzeichen für eine Überdosierung sind: stark erweiterte Pupillen, Übelkeit jedoch fehlendes Erbrechen.

Vom Konsum des Stechapfels ist dringend abzuraten. Die Pflanze ist hochgiftig, und der Wirkstoffgehalt kann von Pflanzenteil zu Pflanzenteil sehr unterschiedlich sein, weshalb die Gefahr einer **tödlichen Überdosierung** sehr hoch ist.

Langzeitfolgen

Es gibt keine Untersuchungen über Langzeitfolgen.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.



Tabak wird aus der **Tabakpflanze** gewonnen und kann in Form von Zigaretten, Zigarren, Zigarillos, Feinschnitt, Pfeifen, Wasserpfeifen, Schnupf- oder Kautabak konsumiert werden. Je nach Blatttyp und Trockenmethode unterscheidet man verschiedene Tabaktypen.

Chemisch betrachtet ist **Tabakrauch** ein Gemisch aus verschiedenen Gasen, in dem Partikel gelöst sind. Neben dem wohl bekanntesten Inhaltsstoff Nikotin wurden im Rauch bislang an die **4800 Inhaltsstoffe** nachgewiesen. Die meisten der Stoffe sind so klein, dass sie beim Einatmen bis in die Lunge vordringen. Über 70 der bisher bekannten Substanzen des Tabakrauchs sind nachweislich **krebserregend** oder stehen im Verdacht, Krebs zu verursachen.

Szenenamen

Fluppe, Kippe, Glimmstengel, Roch, Sargnagel, Krebsstängel, Lungenbrötchen, Schornstein, Tshipette, Docht, Flötz, Räucherstäbchen, Ziste

Aufnahme / Wirkungsdauer

Tabak wird geraucht (Zigaretten, Zigarre, Pfeife), geschnupft (Schnupftabak) oder gekaut (Kautabak/Snus). Beim Rauchen gelangt Nikotin über die Lunge ins Blut und binnen sieben bis zehn Sekunden ins Gehirn, wobei der Höhepunkt nach rund 30 Sekunden erreicht wird.

Wirkung / Rausch

Das im Tabak enthaltene Nikotin wirkt auf die Psyche ein und kann sowohl anregend als auch entspannend sein. Nikotin kann sowohl anregend als auch entspannend sein. Es ruft im Körper vielfältige Reaktionen hervor, wobei die Wirkung von der Dosis, der körperlichen Verfassung der Rauchenden und der Ausgangsstimmung abhängt.

Geringe Mengen von Nikotin, wie sie beim Rauchen aufgenommen werden, erhöhen Blutdruck und Herzfrequenz. Sie wirken anregend. Hohe Dosen verursachen das Gegenteil, senken also Blutdruck und Herzfrequenz. Sie wirken entspannend. Aufgrund dieser konträren Wirkungsweise spricht man auch von einem bivalenten Wirkungsspektrum. Gelöstes Nikotin ist ein starkes Gift und kann beim Verschlucken sogar tödlich wirken.



Körperliche Wirkung / Risiken

Die Aufnahme von Nikotin bewirkt Übelkeit, Erbrechen, einen gedämpften Appetit, eine schlechtere Durchblutung, ein Absinken der Hauttemperatur, eine gesteigerte Darmtätigkeit (unter Umständen Durchfall), eine erhöhte Blutgerinnung, eine erhöhte Thromboseneigung, eine erhöhte Atemfrequenz, eine Hemmung der Urinproduktion und eine erhöhte Schmerzempfindlichkeit.

Langzeitfolgen

Rauchen kann grundsätzlich **jedes Organ** des Körpers **schädigen**, weil Tabakrauch über den Blutkreislauf in den gesamten Körper gelangt. Besonders stark betroffen sind die Atemwege und das Herz-Kreislaufsystem. So erkranken rauchende Menschen deutlich häufiger an Lungenkrebs und chronisch-obstruktiver Lungenerkrankung (COPD) oder erleiden einen Schlaganfall bzw. Herzinfarkt.

Tabakkonsum ruft **Krebserkrankungen** hervor, schädigt die Augen, den Verdauungstrakt, die Fruchtbarkeit, die Geschlechtsorgane und das Skelett. Das im Tabak enthaltene Nikotin hat ein hohes körperliches und psychisches Abhängigkeitspotential. Der regelmäßige Konsum von Nikotin führt zu einer Toleranzentwicklung und zu Entzugserscheinungen.



Die Tollkirsche (*Atropa belladonna*) gehört zu der Familie der **Nachtschattengewächse**. Die Pflanze enthält in allen Teilen psychoaktive Substanzen (Atropin, Hyoscyamin), denen eine **halluzinogene Wirkung** nachgesagt wird und deren **Konzentration** sehr **unterschiedlich** ist. Die strauchähnliche Pflanze blüht von Juni bis August und wird bis zu zwei Meter hoch. Die schwarzen, kirschenähnlichen Beeren werden sehr ungleichmäßig reif.

Aufnahme / Wirkungsdauer

Pflanzenteile bzw. die Beeren der Tollkirsche werden als Sud gepresst oder als Tee ausgekocht. Ein bis zwei Stunden nach der Aufnahme können Halluzinationen auftreten, die mehrere Stunden lang anhalten.

Wirkung / Rausch

Die Tollkirsche enthält als psychoaktive Substanz hauptsächlich das Stimulanzium Atropin, das anregend wirkt und bei Überdosierung zu Tobsucht und Raserei führen kann. Die **Nebenwirkungen** sind **stärker als der Rausch**. Der Rausch äußert sich in gesteigertem Tastgefühl und **geringen Halluzinationen**. Es wird von einem säuerlichen Geschmack im Mund berichtet.



Körperliche Wirkung / Risiken

Die Wirkung kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person und Konsumsituation sehr unterschiedlich sein. Hautrötung, Pulsbeschleunigung, stark erweiterte Pupillen, Schluck- und Sprachstörungen gehen einher mit Mundtrockenheit und Sehstörungen sowie Gleichgewichtsstörungen. Den Konsumenten/die Konsumentin plagen motorische Unruhe, aber auch Weinkrämpfe, der Rededrang ist sehr stark. Im schlimmsten Fall sind auch Herzrhythmusstörungen und komatöse Zustände, die bis hin zu Bewusstlosigkeit und zum Tod durch Atemlähmung führen können, möglich. Vom Konsum der Tollkirsche ist dringend abzuraten. Der Wirkstoffgehalt kann von Pflanzenteil zu Pflanzenteil sehr unterschiedlich sein, weshalb die Gefahr einer **tödlichen Überdosierung** sehr hoch ist. Es sind bereits zahlreiche Todesfälle bekannt.

Langzeitfolgen

Es gibt keine Untersuchungen über Langzeitfolgen.



Safer Use

Sollte trotz aller gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken der Wunsch bestehen, psychoaktive Substanzen zu konsumieren, dann ist Folgendes zu beachten:

- Die **Wirkung** kann je nach Dosis, Konzentration, Konsumform, Merkmalen der konsumierenden Person (körperliche und psychische) und Konsumsituation sehr **unterschiedlich** sein.
- Es sollte vermieden werden, mehr als eine Droge gleichzeitig zu konsumieren. Die **Risiken beim Mischkonsum** – auch mit Alkohol oder Medikamenten – sind schwer abzuschätzen.
- Die **Dosis** sollte möglichst **niedrig** sein. Tritt die erwartete Wirkung nach einiger Zeit nicht ein, sollte nicht sofort „nachgelegt“ werden. Die Substanz könnte zeitlich versetzt wirken.
- Man sollte unbedingt darauf achten, dem Körper **Pausen** zu gönnen und ausreichend **Flüssigkeit** in Form von Wasser zuzuführen.
- Man sollte sich mit Freundinnen und Freunden, die nicht konsumieren, absprechen, **aufeinander aufpassen** und niemanden alleine lassen.
- Es sollten **keine Drogen** konsumiert werden, wenn man **schlecht drauf** ist, denn in der Regel verstärken sie die Gefühle, die schon vorhanden sind.
- Bei Überdosierungen sollte umgehend der **Notruf verständigt** werden. Die Ärztin/der Arzt unterliegt der Schweigepflicht und man braucht keine Angst vor juristischen Folgen zu haben.
- Die **Fahrtüchtigkeit** und Konzentration ist unter dem Einfluss von Drogen **eingeschränkt**. Es sollte kein Fahrzeug gelenkt werden.
- Auch im berauschten Zustand sollte auf **Safer Sex** nicht vergessen werden. Es sollte ein Kondom benutzt werden, um sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten und ungewollten Schwangerschaften zu schützen.
- Nachwirkungen können noch länger anhalten. Es sollte daher genügend Zeit zur **Erholung** eingeplant oder auf den Konsum gänzlich verzichtet werden, wenn man am nächsten Tag wichtigen Verpflichtungen nachkommen muss.
- Während einer **Schwangerschaft** oder in der Stillzeit sollte auf jeglichen Drogenkonsum verzichtet werden.

legal



Beim Rauchen der Wasserpfeife verschwelt **Tabak** durch glühende Wasserpfeifenkohle. Der Rauch wird durch ein Wassergefäß inhaliert. Wasserpfeifentabak besteht aus einer Mischung aus Tabak, Melasse, Glycerin und Aromastoffen, hier vor allem Fruchtaromen. Diese Zusatzstoffe sollen das Rauchen vor allem für Jugendliche und EinsteigerInnen attraktiver machen. Dabei ist das Rauchen einer Wasserpfeife genauso ungesund wie das Rauchen einer Zigarette. Auch hier atmet man den giftigen Tabakrauch ein.

Szenenamen

Shisha, Nargileh, Arghileh, Hookah, Hubble Bubble

Aufnahme / Wirkungsdauer

Der Tabakkopf einer Wasserpfeife wird mit aromatisiertem Wasserpfeifentabak gefüllt und mittels Wasserpfeifenkohle verschwelt. Der dadurch entstehende Rauch wird durch das Wassergefäß hindurch in einen Schlauch gezogen und inhaliert. Das Nikotin erreicht schon innerhalb von sieben bis zehn Sekunden das Gehirn. Die Wirkung von Nikotin hält nur wenige Minuten lang an.

Wirkung / Rausch

Das im Tabak enthaltene Nikotin wirkt auf die Psyche ein und kann sowohl anregend als auch entspannend sein. Es ruft im Körper vielfältige Reaktionen hervor, wobei die Wirkung von der Dosis, der körperlichen Verfassung der Rauchenden und der Ausgangsstimmung abhängt. Geringe Mengen von Nikotin, wie sie beim Rauchen aufgenommen werden, erhöhen Blutdruck und Herzfrequenz. Sie wirken anregend. Hohe Dosen verursachen das Gegenteil, senken also Blutdruck und Herzfrequenz. Sie wirken entspannend. Aufgrund dieser konträren Wirkungsweise spricht man auch von einem bivalenten Wirkungsspektrum.



Körperliche Wirkung / Risiken

Nebenwirkungen sind Schwindel, Übelkeit, Harndrang oder Magenbeschwerden. Durch die gemeinsame Nutzung eines **Mundstücks** besteht bei Shishas die Gefahr, **Infektionskrankheiten** wie Herpes oder Tuberkulose zu übertragen.

Langzeitfolgen

Während beim Rauchen einer Zigarette der Tabak direkt verbrannt wird, verschwelt er bei der Wasserpfeife bei niedrigen Temperaturen. Dabei entstehen krebserzeugende und schleimhautreizende Stoffe, wie zum Beispiel Acetaldehyd, Acrolein oder Benzol. Darüber hinaus sind auch die dem Wasserpfeifentabak beigefügten Feuchthaltemittel giftig und krebserregend.

Raucht man Wasserpfeife, nimmt man zum Teil sogar mehr Gifte auf als mit filterlosen Zigaretten. Dazu gehören auch Schwermetalle wie Nickel, Chrom, Cobalt und Blei. Da der Körper die Schwermetalle nicht abbauen kann, lagern sie sich in Knochen und Fettgewebe ab, die Giftkonzentration steigt. Das Rauchen von Wasserpfeife birgt ein besonderes Suchtrisiko, da man durch das lange Rauchen mehr Nikotin als beim Rauchen einer Zigarette aufnimmt.

Unzählige Studien haben belegt, dass Rauchen in den westlichen Industriegesellschaften zu den **häufigsten Ursachen für Krankheit, Invalidität und (frühzeitigem) Tod** zählt. Dauerhafter Konsum führt zu einem erhöhten Krebsrisiko (Lungen-, Kehlkopf-, Mundhöhlen-, Luftröhrenkrebs, usw.) und schweren Schädigungen der Atemwege (Bronchitis, Asthma) sowie zu einem erhöhten Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Herzinfarkt, Schlaganfall). Potenzprobleme, vorzeitige Hautalterung, verringerte Erneuerung von Geschmacks- und Geruchsinneszellen und eine erhöhte Sterblichkeit von Föten und Neugeborenen sind weitere Langzeitfolgen.

Verhaltenssüchte



Anorexia nervosa ist eine Störung des Essverhaltens, die auch als „**Magersucht**“ bekannt ist. Anorexia bedeutet im Griechischen eigentlich Appetitlosigkeit, mit dem Zusatz „nervosa“ ist gemeint, dass diese „nervlich“, d.h. psychisch bedingt ist. Die Betroffenen versuchen Appetit und Hungergefühl zu unterdrücken, es wäre hier zutreffend, von einer „**Selbstaushungerung**“ zu sprechen. Betroffene entwickeln **Angst** vor dem Essen und vor einer **Gewichtszunahme**. Wenn die Störung bereits einige Zeit besteht, ist der ausgemergelte, ausgezehnte Körper das auffälligste Merkmal dieser Störung.

Durch die extreme, selbst herbeigeführte Gewichtsabnahme drohen bei magersüchtigen Menschen oft sehr ernsthafte **gesundheitliche Komplikationen**, die einen stationären Aufenthalt oft unumgänglich machen.

Definition

Bei dieser Erkrankung liegt das Körpergewicht mindestens 15 Prozent unter dem erwarteten Idealgewicht oder unter einem Body-Mass-Index (BMI) von 17,5. Der Gewichtsverlust ist selbst herbeigeführt durch:

- Vermeiden von hochkalorischen Speisen
- Einschränkungen der Nahrungsaufnahme
- selbst herbeigeführtes Erbrechen
- selbst herbeigeführtes Abführen
- übertriebene körperliche Aktivitäten
- Gebrauch von Appetitzüglern und/oder Entwässerungsmitteln

Zahlen und Fakten

International geht man von einer Prävalenz von 0,5 bis ein Prozent aller Mädchen und jungen Frauen aus, wobei es vermutlich eine hohe **Dunkelziffer** gibt. An Anorexia nervosa erkranken hauptsächlich **Mädchen** und junge Frauen. Nur fünf Prozent aller Magersüchtigen sind Männer. Im Alter von 14 bis 18 Jahren kommt die Anorexia nervosa am häufigsten vor. Zehn Prozent der Erkrankten sterben an den Folgen der Unterernährung, bei 30 Prozent wird die Erkrankung chronisch und kann ein Leben lang andauern.



Symptome

- Es kommt zu einer Störung der Wahrnehmung des eigenen Körpers, Betroffene überschätzen ihren Körperumfang und halten sich für zu dick.
- Verändertes Essverhalten: Es werden nur mehr geringe Mengen an Nahrung gegessen und kalorienreiche Lebensmittel vermieden. Nahrungsmittel werden in „erlaubt“ und „verboten“ eingeteilt. Einige Betroffene verweigern die Nahrungsaufnahme über längere Zeit komplett. Um sich Nachfragen und Vorwürfen zu entziehen, machen sie falsche Angaben über die Menge der aufgenommenen Nahrung, meiden die Tischgemeinschaft und essen am liebsten allein.



Symptome

- Starker **Gewichtsverlust** ohne organische Erkrankungen.
- **Fehlende Krankheitseinsicht.**
- **Körperliche Veränderungen:** Durch Gewichtsverlust und Mangelernährung kann es zum Ausbleiben der Menstruation kommen. Die Körpertemperatur ist häufig reduziert. Trockene Haut, Haarausfall, niedriger Blutdruck mit Kollapsneigung, Konzentrationsstörungen und Magen-Darmbeschwerden sind weitere Folgeerscheinungen von Magersucht.
- **Psychische Veränderungen:** Im Vordergrund steht das Bestreben dünner zu werden verbunden mit einer extremen Angst vor Gewichtszunahme. Häufig zeigen sich bei Betroffenen auch depressive Symptome und starke Reizbarkeit.
- **Soziale Veränderungen:** Die Betroffenen isolieren sich sozial und vermeiden emotionalen Austausch. Dies führt zum Verlust von Freundschaften, bis hin zur völligen Vereinsamung.

Folgewirkungen

- Ausbleiben der **Menstruation** (Amenorrhoe) bis hin zur Unfruchtbarkeit
- **Frieren**/ungewöhnliches Kälteempfinden – Körpertemperatur sinkt um ein bis zwei Grad
- Muskelschwäche durch **Muskelabbau**
- **Konzentrationsstörungen** und Störungen im logischen Denken
- Blaufärbung der Extremitäten und Lippen durch verminderte Durchblutung
- Hyperaktivität
- **Magen-Darmbeschwerden** – Darmträgheit, Verstopfung. Um dem vorzubeugen werden regelmäßig Abführ- und Entwässerungstabletten konsumiert. Folgen sind lebensbedrohliche Stoffwechselstörungen (Kaliummangel, Alkalose), Magenschmerzen, Durchfälle und Blähungen.
- **Herz-Kreislauf-Störungen** – durch Mangelernährung sinken Blutdruck und Herzfrequenz. Der Herzmuskel schrumpft – auftretende Herzrhythmusstörungen können zum plötzlichen Herztod führen.
- Verringerter Östrogenspiegel führt zur **Entkalkung** der Knochen, eine Spätfolge ist die Osteoporose
- Verstärkte **Infektionsanfälligkeit**
- Sinken des Blutzuckerspiegels
- Veränderungen an Haut und Haaren – Haut wird trocken, schuppig, weniger elastisch und bekommt greisenhaftes Aussehen, Haare fallen aus, Nägel werden brüchig
- **Lanugobehaarung** – flaumige Körperbehaarung an Wangen, Unterarmen und Rücken
- **Psychische Probleme:** Schlafstörungen, Depressionen, Angst
- **Soziale Probleme:** Isolation, Verlust von Freunden, Vereinsamung, Leistungsabfall am Arbeitsplatz oder in der Schule, familiäre Spannungen

„Arbeit macht das Leben süß“ – seit gut einem Jahrhundert ist es in unserer Gesellschaft eines der wichtigsten Erziehungsziele, Geld und **Geltung** aus der eigenen **Arbeit** zu ziehen. Arbeit kann aber, wenn sie zur „Droge“ wird, nicht nur reich sondern auch krank machen. Arbeitssucht geht mit einer Vielzahl von Merkmalen und Verhaltensweisen einher, die körperliche und psychische Folgekrankheiten fördern.

In Japan lautet die Diagnose bei Tod durch Überarbeitung: Karoshi. Dass man in unseren Breiten bislang noch keinen treffenden Fachausdruck gefunden hat, lässt auf das **mangelnde** gesellschaftliche **Problembewusstsein** hinsichtlich der Arbeitssucht schließen. Im Gegensatz zu anderen Suchtkranken bilden die „**Workaholics**“ in unserer Leistungsgesellschaft eine ehrbare Gruppe, überhäuft mit Sozialprestige und Einkommen. Der Widerspruch, dass diese höchst **anerkannten Tugenden** Ausdruck einer **Krankheit** sein können, führt zu erheblichen Vorbehalten gegenüber der Thematik der Arbeitssucht, die so weitreichend sein können, dass manche Menschen sich stolz als süchtig nach ihrer Arbeit bezeichnen.

Definition

Der Begriff „Arbeitssucht“ ist wissenschaftlich **umstritten**. Die anerkannten **Klassifikationssysteme** führen Arbeitssucht bisher noch **nicht** als **eigenständiges Krankheitsbild**. Auf Grund der **defizitären Forschungslage** kann bislang lediglich eine Definition der Arbeitssucht formuliert werden, welche sich an ausgewählten Indikatoren stoffungebundener Süchte orientiert (Poppelreuter/Evers 2000):

- Verfall an das Arbeitsverhalten (die **Zentrierung** des gesamten Vorstellungs- und Denkraumes auf die Arbeit)
- **Kontrollverlust** (die Unfähigkeit, Umfang und Dauer des Arbeitsverhaltens zu bestimmen)
- **Abstinenzunfähigkeit** (es wird subjektiv als unmöglich erlebt, kürzere oder längere Zeit nicht zu arbeiten)
- Auftreten von **Entzugserscheinungen** bei gewolltem oder erzwungenem Nicht-Arbeiten
- **Toleranzentwicklung** (zur Erreichung angestrebter Gefühlslagen oder Bewusstseinszustände muss immer mehr gearbeitet werden)
- Auftreten psychosozialer und/oder psychoreaktiver Störungen

Zahlen und Fakten

Bislang sucht man vergeblich nach repräsentativen, epidemiologischen Daten zur Arbeitssucht. Es gibt Schätzungen, wonach fünf Prozent der erwachsenen Bevölkerung arbeitssüchtig sein könnten, diese Zahl ist jedoch nicht wissenschaftlich abgesichert. Es gibt nur **wenige Untersuchungen** in den USA und im deutschsprachigen Raum, die jedoch aufgrund ihrer kleinen Stichproben von **begrenzter Aussagekraft** sind.



Symptome

Verschiedene Anhaltspunkte können Hinweise auf ein problematisches Arbeitsverhalten geben:

- Getriebensein, Geschäftigkeit, Sorgen
- Man übernimmt immer mehr Arbeiten, kann nicht „Nein!“ sagen.
- Die eigenen Fähigkeiten werden überschätzt.
- Alles wird zur Arbeit, selbst Freizeitbeschäftigungen.
- Es wird heimlich, beispielsweise im Urlaub, gearbeitet.
- Gespräche mit Anspielungen auf die Überarbeitung werden vermieden.
- Die Gedanken kreisen immer häufiger um Arbeit.
- Zwischenmenschliche Beziehungen werden durch Arbeit ersetzt.
- Die Arbeit dehnt sich auf den Abend, in die Morgenstunden, ins Wochenende aus.
- Man verachtet diejenigen, die ihren Freizeitaktivitäten nachgehen.
- Konzentrationsschwäche
- Blackouts, auch im Straßenverkehr, können auftreten.
- Das Benutzen anderer Drogen, um von der Arbeit wieder abschalten zu können.
- Schlafprobleme, Erschöpfung, Kopfschmerzen, Rückenschmerzen, Depressionen

Folgewirkungen

- Die Arbeit nimmt im Denken und im Alltag der Betroffenen einen immer **größer** werdenden **Stellenwert** ein.
- **Beziehungen** zu Freunden und Familie **verschlechtern** sich.
- Die Arbeit wird gehortet, denn ohne Termindruck fühlt sich die/der Süchtige überflüssig.
- **Arbeitszeit** wird auf Abend-, Nachtstunden sowie Wochenenden **ausgedehnt** (Schlafzeit wird verkürzt).
- Gegen auftretende Konzentrationsschwächen werden häufig **Substanzen** (Medikamente, Alkohol, Nikotin, ...) als „Hilfen“ eingesetzt.
- Langfristig können verschiedene **körperliche** und **psychische Folgekrankheiten** auftreten: vorzeitige Alterungsprozesse, Depressionen, Burnout-Syndrom, Angststörungen, Herzinfarkte, Magengeschwüre, Schlaganfälle

Die Binge-Eating-Disorder oder Binge-Eating-Störung ist eine Essstörung, die durch wiederholte **Essattacken** mit **Verlust** der bewussten **Kontrolle** über das Essverhalten gekennzeichnet ist. Das Gegessene wird allerdings anschließend nicht erbrochen oder durch andere Maßnahmen kompensiert. Die Betroffenen sind daher meist **übergewichtig** und ihre Gedanken sind zwanghaft auf Essen fixiert.

Übergewicht führt zu einer Vielzahl von Komplikationen, die fast alle Organsysteme betreffen und zu einem **erhöhten Risiko** für eine ganze Reihe von **Erkrankungen** führen können.

In ihrem inneren Erleben fühlen sich Betroffene stark eingeschränkt, ihre **Gedanken** sind zwanghaft auf das **Essen fixiert**. Das Gefühl von Hunger und Sättigung ist verloren gegangen, sie fühlen sich zeitweise nicht mehr fähig, ihr Essverhalten zu kontrollieren und oft empfinden sie **Selbstverachtung** und Ablehnung sich selbst und ihrem Körper gegenüber.

Definition

Das Wort „binge“ kommt aus dem Englischen und steht für „Gelage“, eine Situation, in der übermäßig viel gegessen oder getrunken wird. Es handelt sich also um eine **Esssucht ohne kompensatorische Maßnahmen**, denn es wird nicht erbrochen, gehungert oder extremer Sport betrieben. Die Binge-Eating-Disorder ist als eigenständiges Krankheitsbild – abgrenzbar von der Bulimie, wo auch Essattacken auftreten - erst seit 1994 definiert. In den ICD-10 Kriterien (einem internationalen Klassifikationssystem der Weltgesundheitsorganisation WHO), ist diese Essstörung noch nicht gesondert erfasst.

Zahlen und Fakten

Hinsichtlich der Häufigkeit von Binge-Eating-Disorder fehlen repräsentative, epidemiologische Daten für Österreich. Internationale Schätzungen gehen davon aus, dass ungefähr zwei Prozent der Bevölkerung an einer Binge-Eating-Disorder leiden. **Frauen** haben eine eineinhalb Mal höhere Wahrscheinlichkeit als Männer von dieser Essstörung betroffen zu sein. Da es sich um ein relativ neues Krankheitsbild handelt, ist über den Verlauf der Binge-Eating-Störung und über die Verbreitung noch wenig bekannt.



Symptome

- Es kommt zu wiederholten Episoden von „**Essanfällen**“. Hier wird eine bestimmte Nahrungsmenge in einem abgegrenzten Zeitraum (z. B. zwei Stunden) gegessen, die definitiv größer als jene ist, die die meisten Menschen in einem ähnlichen Zeitraum, unter ähnlichen Umständen essen würden. Die „**Essattacken**“ treten über einen Zeitraum von sechs Monaten an mindestens zwei Tagen der Woche auf.
- Während dieser Zeit besteht ein Gefühl des **Kontrollverlustes** über das Essen.

Die Episoden dieser „Anfälle“ treten gemeinsam mit mindestens drei der folgenden Symptome auf:

- Es wird wesentlich **schneller** gegessen als normal.
- Es wird bis zu einem unangenehmen **Völlegefühl** gegessen.
- Es werden große Nahrungsmengen **ohne körperliches Hungergefühl** gegessen.
- Aufgrund von Schamgefühlen wegen der Menge wird **allein gegessen**.
- Im Nachhinein treten **Gefühle** von Selbstekel, Depressiertheit oder starker **Schuld** auf.

Folgewirkungen

- **Körperlichen Auswirkungen:** erhöhter Blutdruck, hohes Risiko für Herzerkrankungen, erhöhter Cholesterinspiegel, Nierenschädigungen, erhöhte Schlaganfallgefahr, Arthritis
- **Seelische Auswirkungen:** Stimmungsschwankungen, Depressionen und Schuldgefühle, Minderwertigkeitsgefühle, sozialer Rückzug
- Eventuell **finanzielle Probleme** durch die großen Lebensmittelmengen

Unter Bulimia nervosa, die umgangssprachlich auch als **Ess-Brech-Sucht** bezeichnet wird, versteht man eine Essstörung mit **Heißhungerattacken** und Essanfällen, denen selbstausgelöstes **Erbrechen** und **Missbrauch von Medikamenten** zur Verhinderung von Gewichtszunahme folgen. Auch bei Frauen ohne die Diagnose Essstörung finden sich einzelne Symptome der Bulimie: Viele Frauen berichten, dass sie gelegentlich das Erbrechen herbeiführen und/oder Abführmittel einnehmen, um Gewicht zu verlieren.

Meistens wird die Bulimie erst viele Jahre, nachdem sie begonnen hat, erkannt und behandelt. Eine Erkrankung wird lange Zeit nicht erkannt, denn die **Krankheit** wird gekonnt verborgen und Betroffene fallen, da sie meist **normalgewichtig** sind, in der Gesellschaft weniger auf. Es wird meist „normal“ gegessen. Dass die Betroffenen nach dem Essen oft gleich auf die Toilette verschwinden, fällt zunächst nicht auf. Im Gegensatz zur Magersucht wird die Bedrohung durch die Krankheit wahrgenommen und der Zustand als unangenehm empfunden.

Definition

- Die Betroffenen erliegen **Essattacken**, bei denen sehr große Mengen an leicht verzehrbaren und kalorienreichen Nahrungsmitteln in kurzer Zeit aufgenommen werden. Diese Heißhungerattacken treten über einen Zeitraum von mehr als drei Monaten an mindestens zwei Tagen pro Woche auf.
- Die Betroffenen haben das Gefühl das Essverhalten während der Anfälle nicht unter **Kontrolle** zu haben.
- Es wird versucht, dem **dickmachenden Effekt** der Nahrung durch z. B. Erbrechen, Hungern, übertriebene sportliche Aktivitäten, Missbrauch von Abführmitteln, usw. **entgegenzusteuern**.
- Betroffene **beschäftigen** sich gedanklich übertrieben stark mit ihrer Figur und ihrem **Gewicht**. Sie haben eine krankhafte Furcht davor dick zu werden, und das Wunschgewicht liegt weit unter dem Idealgewicht.
- Häufig lässt sich in der Vorgeschichte eine Episode einer Anorexia nervosa nachweisen.

Zahlen und Fakten

Hinsichtlich der Häufigkeit von Bulimie fehlen repräsentative, epidemiologische Daten für Österreich. Schätzungen gehen davon aus, dass zwei bis vier Prozent der 20- bis 30-jährigen Frauen an Ess-Brechsucht leiden. Vor allem **Frauen** sind von Bulimie betroffen. Die Krankheit beginnt meist im Alter von 18 bis 20 Jahren, etwas später als im Fall der Magersucht. Selten kommt eine Erkrankung vor dem zwölften Lebensjahr vor.



Symptome

- Wiederholtes Auftreten von **Essanfällen**, bei denen in kurzer Zeit sehr große Nahrungsmengen konsumiert werden.
- Die Anfälle treten mehrmals wöchentlich, bei manchen Betroffenen sogar mehrmals täglich auf.
- Betroffene haben das Gefühl, **keine Kontrolle** über die Nahrungsaufnahme zu besitzen. Das Essen kann während eines Anfalls nicht willentlich unterbrochen werden.
- **Kompensatorische Verhaltensweisen**: Um eine Gewichtszunahme zu verhindern, führen die Betroffenen entweder willentlich ein Erbrechen herbei und/oder nehmen Abführmittel oder wasserreibende Mittel und/oder zeigen übermäßige körperliche Aktivität und/oder halten sich an eine strenge Diät.
- Dauernde übertriebene **Beschäftigung** mit dem eigenen **Gewicht** – die Figur hat eine wichtige Bedeutung für den Selbstwert.
- Durch den Wechsel von Essanfällen und Diäten kommt es zu starken **Gewichtsschwankungen**. Im Durchschnitt liegt das Gewicht der Betroffenen aber im **Normalbereich**.
- Meist **labile Stimmungslage**. Scham, Schuldgefühle und Selbstverachtung plagen Betroffene.
- Die Betroffenen besorgen sich die Nahrungsmittel oft in verschiedenen Supermärkten, damit nicht auffällt, welche Mengen sie benötigen.

Folgewirkungen

- **Verlust des Würgereflexes** – die Nahrung wird relativ leicht erbrochen
- Große **Gewichtsschwankungen** innerhalb kürzester Zeit
- **Herzrhythmusstörungen** durch Calcium- und Magnesiummangel
- **Kreislaufschwäche**
- Aufgrund von **Stoffwechselstörungen** kann es zu Nierenversagen, Muskelschäden und Herzerkrankungen kommen
- **Zahnschäden** durch die Magensäure, die den Zahnschmelz angreift
- Verletzung der Mundschleimhaut und **Schädigung der Speiseröhre**
- Vergrößerung und **Entzündung der Ohrspeicheldrüse**
- **Heiserkeit**
- **Magenschäden** – Magen kann akut erweitert und überbläht werden
- **Darmerkrankungen** – Blutungen, Verstopfung, Entzündungen
- **Ausbleiben der Menstruation**
- **Konzentrationsstörungen**
- **Blutungen** – Nasenbluten, als Folge des Überdrucks beim Erbrechen, es kann auch zu Gehirnblutungen kommen
- Häufig **depressive Verstimmungen**, geringes Selbstwertgefühl, Gefühl der Hilflosigkeit, Scham und Verachtung
- Zunehmende soziale **Isolation**
- Eventuell **finanzielle Probleme** durch die hohen Ausgaben beim Lebensmitteleinkauf
- **Medikamentenabhängigkeit** durch den Missbrauch von Abführmitteln und Appetitzüglern

Glücksspiele sind für viele Menschen eine beliebte Freizeitbeschäftigung. Für manche wird das Spiel aber zur **Last**. Für sie zählt nur das Spiel, das gesamte Geld wird für diesen Zweck verwendet. SpielerInnen glauben das Spiel bald „geknackt“ zu haben und zu beherrschen, weshalb der große Gewinn unmittelbar bevorstehen muss. Im Zuge dieser Illusion werden kleinere Gewinne überbewertet, während die **kontinuierlichen** und viel größeren **Verluste** verleugnet werden. Betroffene verschulden sich und um die finanziellen Verluste zu vertuschen, belügen sich selbst und andere und leiden dadurch zunehmend unter sozialer Isolation.

Der Aufenthalt in **Spielhallen** ist **Jugendlichen** bis zum vollendeten 18. Lebensjahr in allen Bundesländern **verboten**. (Sport-)Wetten werden in Österreich nicht als Glücksspiel eingestuft. Es gibt in der Steiermark somit **keine Altersbeschränkung** für die Teilnahme an **(Sport-)Wetten**.

Definition

Im Internationalen psychiatrischen Klassifikationssysteme (ICD-10) wird das pathologische Glücksspiel als andauerndes und wiederkehrendes fehlangepasstes Spielverhalten definiert. Entscheidend sind zumindest die folgenden sechs Merkmale:

- Ein starkes **Verlangen** zu spielen,
- **Schwierigkeiten**, das Spielverhalten zu **kontrollieren**,
- **Entzugserscheinungen**, wenn nicht gespielt werden kann,
- es muss mit immer höheren Einsätzen und höheren Risiken gespielt werden, um die gleiche Wirkung zu erlangen (**Toleranzentwicklung**),
- dem **Spielen** wird **Vorrang** vor anderen Aktivitäten und Verpflichtungen gegeben,
- anhaltendes Spielen trotz **schädlicher Folgen** (Verschuldung, familiäre Konflikte, Arbeitsplatzverlust, usw.).

Zahlen und Fakten

In Österreich lagen bisher kaum empirische Erkenntnisse über die Glücksspielteilnahme und -probleme der Bevölkerung vor. Im Jahr 2011 wurde eine Studie der Österreichischen ARGE Suchtvorbeugung durchgeführt, die zu folgenden Ergebnissen kam:

- 0,4 Prozent der Befragten weisen ein problematisches und 0,7 Prozent ein pathologisches Spielverhalten auf. Das sind insgesamt etwa 64.000 Personen in Österreich, also **1,1 Prozent** der erwachsenen Bevölkerung.
- Das **größte Gefährdungspotential** der in Österreich angebotenen Glücksspiele besitzen die **Glücksspielautomaten**. Die Prävalenz problematischen und pathologischen Spielens ist bezüglich dieser Spielart mit Abstand am höchsten. Es folgen die Sportwetten und – schon mit deutlichem Abstand – die klassischen Casinospiele. Das niedrigste Gefährdungspotential weisen laut Untersuchung Lotteriespiele auf.
- Von überdurchschnittlich hohen Problemprävalenzen sind 18- bis 35-jährige Personen mit Pflichtschulabschluss, Arbeitslose, gering Verdienende und SpielerInnen mit häufiger Spielteilnahme bei gleichzeitig hohem Geldeinsatz betroffen. Zudem weisen Personen mit Migrationshintergrund sowie Befragte, in deren Familien aktuell glücksspielbezogene Probleme bestehen, ein erhöhtes Risiko auf, selbst Spielprobleme zu entwickeln.



Symptome

Verschiedene Anhaltspunkte können Hinweis auf ein problematisches Spielverhalten geben:

- Das Glücksspiel **beherrscht** und strukturiert das **Leben** der Betroffenen. Gedanklich werden vergangene Spielerfahrungen nacherlebt, die Planung des „nächsten Mals“ nimmt viel Raum ein.
- Die/Der SpielerIn nimmt **jede Gelegenheit** wahr um zu spielen.
- Die SpielerInnen haben ein unwiderstehliches **Verlangen**, ein Gefühl nicht aufhören zu können.
- Nach Beginn des Spieles verlieren die Betroffenen die Kontrolle über ihr Spielverhalten.
- Sie/Er muss mit immer **höheren Einsätzen** spielen, um den gewünschten Nervenkitzel zu erreichen.
- Sie/Er ist unruhig und **gereizt** beim Versuch, das Spielen einzuschränken oder aufzugeben.
- Die Betroffenen entwickeln großen **Einfallsreichtum**, um neue Geldquellen zu erschließen.
- Die SpielerInnen **ziehen** sich aus ihrem sozialen Umfeld **zurück**.
- Es wird ein **Lügengeflecht** aufgebaut, um hohe finanzielle Verluste zu vertuschen. Betroffene spielen heimlich.
- Die Gefühle sind in erster Linie auf das Spielen ausgerichtet. Von den **Familienmitgliedern entfernen** sie sich emotional.
- Sie/Er reagiert **uneinsichtig** und aggressiv, wenn sie/er vom Umfeld auf das Spielen angesprochen wird und/oder verharmlost das Problem.
- Erfolg wird nur noch beim Glücksspiel gesucht.
- Sie/Er hat wiederholt erfolglose Versuche unternommen, das Spielen zu kontrollieren, einzuschränken oder aufzugeben.
- Betroffene **versäumen** Verabredungen und **Verpflichtungen** wegen des Glücksspiels.
- Es wird gespielt um **Problemen zu entkommen**.
- Sie/Er kehrt, nachdem sie/er beim Glücksspiel Geld verloren hat, oft am nächsten Tag zurück, um den **Verlust auszugleichen** (dem Verlust „hinterherjagen“).
- Betroffene begehen **illegale Handlungen** wie Fälschung, Betrug, Diebstahl oder Unterschlagung, um das Spielen zu finanzieren.
- Die/Der SpielerIn glaubt, den Erfolg durch Können, Geschicklichkeit oder „Überlisten des Systems“ beeinflussen zu können.

Folgewirkungen

- **Körperliche und psychische Auswirkungen:** Konzentrations- und Leistungsstörungen, Appetitlosigkeit, Unruhe, Schlaflosigkeit, steigender Konsum von Alkohol, Tabak, oder Medikamenten, depressive Verstimmung, Angstattacken, Persönlichkeitsveränderungen, sexuelle Störungen, Selbstmordgedanken
- **Finanzielle Auswirkungen:** permanent überzogenes Konto, Verschuldung, Lohnpfändung, Beschaffungskriminalität
- **Soziale Auswirkungen:** familiäre Probleme und Konflikte, negative Auswirkungen auf Arbeit, sozialer Rückzug

Im beruflichen und privaten Umfeld ist die **Nutzung des Internets** mittlerweile **selbstverständlich**. Aber es zeigt sich immer klarer, dass sich problematische oder gar abhängig machende Nutzungsformen entwickeln können. Das Internet ist **rund um die Uhr verfügbar** und meistens kostengünstig nutzbar. Im Vergleich zu illegalen Drogen wird der Umgang mit Computern in unserer Gesellschaft sehr positiv bewertet und Betroffene können sich in der Anonymität des World Wide Web verstecken.

Vor allem bestimmte Angebote des Internets haben das Potential NutzerInnen sehr stark an sich zu binden. Dazu zählen: Online-Games, Online-Kommunikation in Form von Chats, Online-Glücksspiele oder Online-Sexangebote.

Die **Nutzungszeit** allein bietet **keinen klaren Anhaltspunkt**, der es erlauben würde, einen problematischen Konsum oder eine **Onlinesucht** festzustellen. Nicht jede exzessive Nutzung ist gleich eine Abhängigkeit. Viele Jugendliche haben Phasen, in denen sie bestimmte Verhaltensweisen exzessiv zeigen und sich nach einiger Zeit wieder davon lösen.

Definition

Der Begriff „Internetsucht“ ist wissenschaftlich **umstritten**. Kritiker sind der Ansicht, dass noch unzureichend geklärt sei, welche Faktoren genau beim Internet süchtig machen. Die anerkannten **Klassifikationssysteme** führen Internet- oder Onlinesucht bisher noch nicht als **eigenständiges Krankheitsbild**.

Charakteristisch für eine Onlinesucht sind ein starkes Verlangen das Internet zu gebrauchen, ein Kontrollverlust hinsichtlich des Gebrauchs, eine zeitliche Steigerung der Nutzung, eine Einengung der Interessen auf das Internet, Symptome wie z. B. Nervosität, wenn das Internet nicht benutzt wird, Entzugserscheinungen und ein anhaltender Gebrauch trotz schädlicher Folgen.

Zahlen und Fakten

Hinsichtlich der Häufigkeit von Internetsucht fehlen repräsentative, epidemiologische Daten für Österreich. In einer deutschen Studie (Hahn/Jerusalem 2001) erfüllen insgesamt **3,2 Prozent** der BefragungsteilnehmerInnen das Kriterium der **Internetsucht**. Das wären in Deutschland rund 600.000 Betroffene. Diese Gruppe verbringt durchschnittlich **34,6 Stunden pro Woche online** – 25 Prozent der Internetsüchtigen bringen es sogar auf eine durchschnittliche Onlinezeit von 53 Stunden in der Woche. Weitere 6,6 Prozent mit einer durchschnittlichen Onlinezeit von 28,6 Stunden pro Woche wurden als Risikogruppe klassifiziert. Die Gruppe der unauffälligen InternetnutzerInnen nutzt das Internet nach eigenen Angaben durchschnittlich 7,6 Stunden pro Woche.

Es zeigten sich auch erhebliche Unterschiede in Abhängigkeit vom Alter und Geschlecht der TeilnehmerInnen. Internetsucht ist vornehmlich als **Jugendproblematik** zu verstehen. So fällt die Rate der Internetabhängigen stetig von 7,2 Prozent in der Gruppe der unter 20-Jährigen auf 2,3 Prozent in der Gruppe der 20- bis 29-Jährigen. Bis zum Alter von 20 Jahren sind Burschen deutlich häufiger als Mädchen unter den Internetabhängigen auszumachen. Dieser Unterschied kehrt sich bereits ab dem Alter von 20 Jahren überraschend um. Mit zunehmenden Alter sind proportional zur Gesamtzahl der Internetsüchtigen in der jeweiligen Altersgruppe vermehrt Frauen betroffen.

Zahlen und Fakten

Deutliche Unterschiede gibt es bei den **Nutzungspräferenzen** von Internetsüchtigen und unauffälligen Internetnutzerinnen/Internetnutzern: **Kommunikationssysteme** wie **Chats, Foren** oder **Newsgroups** nehmen den größten Raum des Nutzungsverhaltens von Internetsüchtigen ein. Relativ zur Gesamtnutzung des Internets entfällt ein Drittel aller Aktivitäten der Internetsüchtigen auf diese interaktiven Dienste. Bedeutsame Unterschiede im Nutzungsverhalten ergeben sich auch für die Nutzung von Musikangeboten, interaktiven Spieleplattformen (ohne Geldeinsatz) und Erotikangeboten. Auch hier sind **Geschlechtsunterschiede** zu finden. Während sich die Internetaktivitäten der internetsüchtigen Mädchen und **Frauen** auf die **Kommunikationssysteme** konzentrieren, nimmt der Bereich der **Erotik** für die internetsüchtigen Burschen und **Männer** mit zunehmenden Alter mehr und mehr Raum ein.



Symptome

Verschiedene Anhaltspunkte können Hinweise auf ein problematisches Onlineverhalten geben:

- Das Handeln und Denken der Betroffenen ist auf den **Gebrauch von Internetangeboten fokussiert**.
- Über längere Zeitspannen wird der **größte Teil des Tages** im Internet verbracht.
- Betroffene **versäumen** Verabredungen und **Verpflichtungen** aufgrund des Internetgebrauchs.
- Es wird **jede Gelegenheit** wahrgenommen, um online zu sein.
- Die Betroffenen haben ein unwiderstehliches **Verlangen**, Angebote im Internet zu nutzen.
- Die Onlinezeiten nehmen **ständig** zu.
- Die Person hat die **Kontrolle** bezüglich des Beginns und der Beendigung ihrer Internetnutzung weitgehend **verloren**.
- Sie/Er ist unruhig und **gereizt** beim Versuch, den Gebrauch von Internetangeboten einzuschränken.
- Die Betroffenen **vernachlässigen** ihr **soziales Umfeld** außerhalb des Internets oder ziehen sich gänzlich zurück.
- Andere **Freizeitaktivitäten** werden zugunsten des Internetgebrauchs **vernachlässigt**.
- Sie/Er reagiert **uneinsichtig** und aggressiv, wenn sie/er vom Umfeld auf den exzessiven Internetgebrauch angesprochen wird und/oder verharmlost das Problem.
- Sie/Er hat wiederholt erfolglose Versuche unternommen, den Internetgebrauch zu kontrollieren oder einzuschränken.
- Der Gebrauch von Internetangeboten ist ein Versuch, negative Gefühle zu regulieren, im Sinne einer vermeidenden **Stressbewältigungsstrategie**.
- Es kommt zu einem **Leistungsrückgang** in der Schule/im Beruf.
- Betroffene zeigen einen **veränderten Tag-Nacht-Rhythmus**, Übermüdung, ein verändertes Essverhalten oder Gewichtsveränderungen.

Folgewirkungen

- **Körperlichen und psychische Auswirkungen:** Auch die körperliche Gesundheit wird mitunter beeinträchtigt, so können sich zum Beispiel Haltungsschäden, Probleme wegen gestörten Essverhaltens, Kopfschmerzen und Sehschwierigkeiten entwickeln.
- **Soziale Auswirkungen:** Je mehr Zeit die Beschäftigung mit Internetangeboten in Anspruch nimmt, desto weniger Zeit bleibt für andere Lebensbereiche. So bestehen z. B. Risiken für soziale Beziehungen, für die Entwicklung sozialer Kompetenzen oder für die schulische/berufliche Leistungsfähigkeit. Bei einigen Nutzungsformen kann es auch zu beträchtlichen finanziellen Problemen kommen.
- Auch Inhalte haben einen Einfluss auf die Nutzenden und können ein Risiko darstellen. Dies gilt zum Beispiel für **jugendgefährdende Inhalte** (rassistisch, pornografisch, gewalttätig), welche die soziale und sexuelle Entwicklung negativ beeinflussen können.

Das pathologische Kaufen von Konsumgütern und Dienstleistungen hat in seiner Entstehungsgeschichte und hinsichtlich der Beschreibungsmerkmale starke Ähnlichkeit mit anderen Süchten. **Suchtobjekt** ist dabei das **Kaufen** selbst, nicht das Konsumieren der gekauften Güter.

Allerdings ist nicht jeder, der viel oder übermäßig viel kauft, gleich kaufsüchtig. Belohnungskäufe, Frustkäufe und überflüssige Schnäppchenkäufe sind weit verbreitet und können durchaus im Bereich der Normalität liegen. Typisch für den Kaufsüchtigen ist der ständige und **wiederkehrende Drang**, neue Dinge zu erwerben.

Ein Problem der Kaufsucht ist ihre Unauffälligkeit. Einkaufen ist gesellschaftlich akzeptiert und sogar erwünscht.

Definition

Als Kaufsucht bezeichnet man das süchtige Kaufen von Konsumgütern und Dienstleistungen. Es findet in der Regel eher anfallsweise als permanent statt. Zwischen den Anfällen können längere Zeitabstände liegen – mehrere Tage oder auch ein bis zwei Wochen. Kaufen kann zum einen als „**Beruhigungsmittel**“ dienen, um beispielsweise innere Unruhe zu betäuben oder um Depressionen und Ängste zu unterdrücken. Zum anderen kann es auch als „**Aufputzmittel**“ wirken, um ein Glücksgefühl zu erleben, innere Leere zu füllen, Problemen auszuweichen, etc. Zudem kann Kaufen auch der **Selbstbestätigung** dienen.

Dass es nicht die Güter selbst sind, nach denen man süchtig wird, kann daraus abgelesen werden, wie mit ihnen umgegangen wird, wenn sie erst einmal gekauft worden sind: Häufig werden sie zu Hause gar **nicht ausgepackt** oder entweder gar nicht oder nur einmal **benützt**. Sie werden **achtlos** wegeräumt, verschenkt oder aus Angst vor Vorwürfen der Familie versteckt oder weggeworfen.

Zahlen und Fakten

Laut der siebenten Österreichischen Kaufsuchtgefährdungsstudie 2010 der Arbeiterkammer werden 19 Prozent der erwachsenen Bevölkerung als kaufsuchtgefährdet und acht Prozent als kaufsüchtig eingestuft. Frauen weisen eine dreimal höhere Wahrscheinlichkeit auf kaufsüchtig zu sein als Männer. Die Faktoren für Kaufsuchtgefährdung sind laut der Untersuchung folgende: Geschlecht (weiblich), Alter (unter 30 Jahren), Familienstand (ledig) und politisches Desinteresse.



Symptome

In Anlehnung an die Definition der Weltgesundheitsorganisation (WHO) nennen Wissenschaftler zur Klassifizierung von „kaufsüchtigem Verhalten“ folgende Kriterien:

- Das Kaufverhalten ist **kompensatorisch**: Einkaufen als Mittel gegen Stress, als Flucht vor Anforderungen und Druck oder als Ausweg aus unerfreulichen Empfindungen.
- **Verminderte Kontrollfähigkeit** bezüglich des Beginns, der Beendigung und der Menge des Kaufens.
- Das Kaufverhalten folgt einem als **unwiderstehlich** empfundenen **Impuls oder Zwang**.
- Es ist eine Verengung des Interesses auf das Suchtverhalten feststellbar. Andere **Interessen** werden **vernachlässigt**.
- Es findet eine **Dosissteigerung** statt. Um den gleichen Effekt zu erzielen, werden immer häufiger und immer teurere Dinge gekauft.
- Es zeigen sich **Entzugserscheinungen**. Diese können von innerer Unruhe über Unwohlsein bis hin zu psychosomatischen Erkrankungen und Selbstmordgedanken reichen.
- Das Verhalten wird **weiterbetrieben**, trotz nachweislich negativer Folgen.

Folgewirkungen

- **Seelische Auswirkungen**: depressive Zustände, Angstattacken, Schlafstörungen, Schuld- und Schamgefühle
- **Soziale Auswirkungen**: familiäre Probleme und Konflikte
- **Finanzielle Auswirkungen**: permanent überzogenes Konto, Verschuldung, Lohnpfändung, Diebstahl

Sexsucht ist eine Form der **nicht stoffgebundenen** Süchte. Sexuell süchtiges Verhalten ist gekennzeichnet durch eine zunehmende sexuelle Betätigung, bei der aber die Befriedigung meist ausbleibt, so dass die **Suche nach sexueller Erfüllung beständig fortgeführt** wird. Dabei zeigen sich typische Kennzeichen der Sucht: Das Interesse am „Suchtobjekt“ wächst, es kommt zu Toleranzentwicklung, Dosissteigerung und psychischen Entzugssymptomen. Im Alltag findet eine zunehmende Einengung statt, bis dieser sich fast ausschließlich nur noch um das

Ausleben der sexuellen Wünsche dreht. Es können **gravierende Folgen** wie familiäre Probleme, berufliche Schwierigkeiten, etc. auftreten.

Was als sexuell „normales“ Verhalten angesehen wird, unterliegt sich **wandelnden** gesellschaftlichen **Wertvorstellungen**. Damit verbunden ist die Gefahr einer Pathologisierung von Spielarten in der Bandbreite sexuellen Verhaltens.

Definition

Schwierig ist die genaue Definition des Begriffs und er ist wissenschaftlich **umstritten**. Sexsucht ist bislang kein eigenständiges Störungsbild in den einschlägigen diagnostischen **Klassifikationssystemen** (DSM-IV oder ICD-10) und damit nicht als Krankheitsbild anerkannt. Einzelne exzessive sexuelle Verhaltensweisen werden den Zwangsstörungen oder den Störungen der Impulskontrolle zugeordnet. Aufgrund der **defizitären Forschungslage** kann bislang lediglich eine Definition der Sexsucht formuliert werden, welche sich an ausgewählten Indikatoren nicht-stoffgebundener Süchte orientiert. Diese lauten nach Carnes (1992):

- **Kontrollverlust:** Das sexuelle Verhalten gerät außer Kontrolle.
- **Schädlichkeit:** Das sexuelle Verhalten hat negative Folgen.
- **Zwanghaftigkeit:** Trotz der negativen Folgen kann die oder der Betroffene das Verhalten nicht einstellen.
- **Dominanter Verhaltensbereich:** Es wird übermäßig viel Zeit mit sexuellem Verhalten, dem Beschaffen von Sex sowie mit der Verarbeitung von sexuellen Erlebnissen verbracht.
- **Leidensdruck:** Die Betroffenen haben den Wunsch, an ihrem Verhalten etwas zu ändern.
- **Destruktivität:** Selbstzerstörerische und riskante Verhaltensweisen treten auf.
- **Dosissteigerung:** Es werden zunehmend sexuelle Erlebnisse gesucht, weil die augenblicklichen Aktivitäten zur Befriedigung nicht ausreichen.
- **Emotionale Destabilisierung:** In Zusammenhang mit sexuellen Aktivitäten kommt es zu Stimmungsschwankungen.
- **Einengung des Verhaltens:** Wegen des sexuellen Verlangens vernachlässigen die Betroffenen wichtige soziale und berufliche Aktivitäten.
- **Bewältigungsversuche:** Sexuelle Fantasien und Zwangsvorstellungen dienen als Strategien zur Bewältigung.

Zahlen und Fakten

Bislang sucht man vergeblich nach repräsentativen, epidemiologischen Daten zur Sexsucht und Typisierungen sexsüchtigen Verhaltens sind wissenschaftlich umstritten. Schätzungen über die Häufigkeit von Sexsucht gehen stark auseinander. Die Angaben schwanken dabei - je nach Definition - von ein bis sechs Prozent in der erwachsenen Allgemeinbevölkerung. Über die Anzahl der Sexsüchtigen in Österreich gibt es **keine seriösen Zahlen**.



Symptome

Verschiedene Anhaltspunkte können Hinweise auf ein problematisches Sexualverhalten geben:

- Das Handeln und Denken der Betroffenen ist auf **sexuelle Aktivitäten fokussiert**.
- Betroffene **vernachlässigen** soziale oder berufliche **Verpflichtungen**.
- Es wird **jede Gelegenheit** wahrgenommen, um seine sexuellen Bedürfnisse zu befriedigen.
- Die Betroffenen verspüren ein **unwiderstehliches** sexuelles **Verlangen**.
- Sexuelle Aktivitäten werden **häufiger** und **riskanter**.
- Die Person hat die **Kontrolle** über ihr sexuelles Verhalten weitgehend **verloren**.
- Sie/Er ist unruhig und **gereizt** beim Versuch das sexuelle Verhalten einzuschränken.
- Die Betroffenen **vernachlässigen** ihr **soziales Umfeld**.
- Andere **Freizeitaktivitäten** werden **vernachlässigt**.
- Sie/Er hat wiederholt **erfolglose Versuche** unternommen, das sexuelle Verhalten zu **kontrollieren** oder einzuschränken.
- Es kommt zu einem **Leistungsrückgang** im Beruf.

Folgewirkungen

- **Körperliche Auswirkungen:** Geschlechtskrankheiten, Aids, Erektionsstörungen, Impotenz, ungewollte Schwangerschaften
- **Seelische Auswirkungen:** Angstattacken, depressive Zustände, Schlafstörungen, Einsamkeitsgefühle, Schuld- und Schamgefühle
- **Soziale Auswirkungen:** Je mehr Zeit die Beschäftigung mit sexuellen Aktivitäten in Anspruch nimmt, desto weniger Zeit bleibt für andere Lebensbereiche. So bestehen z. B. Risiken für soziale Beziehungen, für die Familie oder für die berufliche Leistungsfähigkeit.
- **Finanzielle Auswirkungen:** Manche sexuelle Aktivitäten können finanzielle Probleme mit sich bringen.

IMPRESSUM

Herausgeber:

VIVID - Fachstelle für Suchtprävention

Zimmerplatzgasse 13/I

A-8010 Graz

T 0316 / 82 33 00 F 0316 / 82 33 00-5

E info@vivid.at

www.vivid.at

Oktober 2011

Text, Redaktion und Layout:

Mag.a Roswitha Baumgartner, DSA Wolfgang Zeyringer, Mag. Bernd Thurner,

Mag. Lukas Schmuckermair, Michaela Tiefenbacher, B.A.

Fotos:

www.drug-infopool.de; Polizei; GAP artwork-Fotolia.com

Textgrundlagen:

Die Textteile zu legalen und illegalen Substanzen wurden in adaptierter Form den Informationsplattformen www.drug-infopool.de und www.drugcom.de entnommen.

Weitere Quellen für diese Broschüre:

Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH (Hrsg.): Informationsblatt Crystal/Methamphetamin. Berlin. 2014.

Hahn, André/Jerusalem, Matthias: Internetsucht. Jugendliche gefangen im Netz. In: Raithel, J. (Hrsg.): Risikoverhaltensweisen Jugendlichen. Erklärungen, Formen und Intervention. Berlin. 2001.

Kalke, Jens/Buth, Seven/Rosenkranz, Moritz/Schütze, Christian/Oechsler, Harald/Verthein, Uwe: Glücksspiel und Spielerschutz in Österreich. Empirische Erkenntnisse zum Spielverhalten der Bevölkerung und zur Prävention der Glücksspielsucht. Freiburg im Breisgau. 2011.

Kollmann, Karl/Unger, Alexander: Kaufsucht in Österreich 2010. Bericht zur siebenten österreichischen Kaufsuchtgefährdungstudie 2010.

Poppelreuter, Stefan/Gross, Werner (Hrsg.): Nicht nur Drogen machen süchtig. Entstehung und Behandlung von stoffungebundenen Süchten. Weinheim 2000.

www.ess-stoerungen.at

www.checkyourdrugs.at

Dieses Suchtlexikon ist urheberrechtlich geschützt. Die Weiterverwendung über private Zwecke hinaus bedarf der Zustimmung des Herausgebers.