

WAT KAN EEN GEBRUIKER ZELF DOEN?

Iemand kan proberen zelfstandig te stoppen. Er zijn ook speciale internetprogramma's die daarbij kunnen helpen. Gebruikers kunnen deskundige hulp krijgen bij de verslavingszorg. Tips, links, adressen en informatie zijn te vinden op drugsinfo.nl of op te vragen bij de Drugs Infolijn 0900-1995 (€ 0,10 p/min + kosten mobiele telefoon).

OPVOEDING EN COCAÏNE

Voor jongeren heeft druggebruik extra risico's. Stel als ouder duidelijke regels over het gebruik van drugs en pas de regels toe. Op drugsinfo.nl staat meer informatie over opvoeding.

MEER INFORMATIE EN ADVIES?

Kijk op drugsinfo.nl of bel de Drugs Infolijn: 0900-1995 (€ 0,10 p/min + kosten mobiele telefoon). Ook de regionale instelling voor verslavingszorg kan meer vertellen over cocaïne. Op drugsinfo.nl staan adressen van instellingen.

VERSTREKT DOOR

4E DRUK | FEBRUARI 2020 © Trimbos-instituut

TEKST Nathalie Dekker, Raoul Koning en Niels Born FOTOGRAFIE Pixel-Fotografie

ONTWERP AlbertsKleve BNO BESTELLEN www.trimbos.nl/webwinkel met artikelnummer PFG79044

WAT KAN DE OMGEVING DOEN?

Als een vriend, partner of familielid problematisch cocaïne gebruikt kan dat lastig zijn. Bijvoorbeeld als iemand onder invloed is als je hem of haar ziet. Wie verslaafd is aan cocaïne houdt zich soms niet aan afspraken en heeft vaak minder interesse voor andere dingen dan het gebruik van cocaïne. Voor de directe omgeving kan dat erg vervelend zijn.

Een paar tips:

- Als je je zorgen maakt over iemand, kies dan een rustig moment uit en probeer rustig in gesprek te gaan. Vertel wat je aan veranderingen bij de ander ziet sinds het cocaïnegebruik. Vertel dat je je zorgen maakt en waarom.
- Geef duidelijk en rustig aan welke nadelen jij ervaart door het gebruik van de ander.
- Accepteer niet zomaar dat het gebruik van de ander vervelende gevolgen heeft voor jou. Stel duidelijke grenzen.
- Geef informatie over de mogelijkheden om hulp te krijgen, als de ander daarvoor open staat.
- Praat er zelf ook over met iemand die je vertrouwt, of bel de Drugs Infolijn 0900-1995 (€ 0,10 p/min + kosten mobiele telefoon).



Trimbos-instituut
Postbus 725
3500 AS Utrecht
030-2971100
info@trimbos.nl
www.trimbos.nl

NAAM

Cocaïne, coke, sos, wit.

AFKOMST

Cocaïne wordt via een chemisch proces uit de bladeren van de cocoplant gehaald. Deze plant wordt vooral in Zuid-Amerika verbouwd.

KENMERKEN

Cocaïne is een wit kristalachtig poeder. Het wordt verkocht als poeder of in kleine brokjes. Cocaïne wordt vaak verpakt in kleine papieren envelopjes (sealtjes/ponypacks). Cocaïne heeft meestal een licht chemische geur. Basecoke (crack) is de rookbare vorm van cocaïne en wordt vaak als bolletjes in plastic verpakt.

WERKZAME STOF

Cocaïne is de werkzame stof. De puurheid van cocaïne kan erg verschillend zijn. Het wordt regelmatig versneden met andere stoffen die hun eigen effecten en risico's hebben.

MANIER VAN GEBRUIK

Cocaïne wordt meestal gesnoven. Een kleine groep rookt of spuit cocaïne.

- **Snuiven:** de gebruiker maakt het poeder fijn, legt het in een lijntje op een gladde ondergrond en snuift het met een buisje of rietje op.
- **Roken:** basecoke kan worden gerookt. Dit gebeurt met een speciaal pijpje (basen) of door het te verhitten op aluminiumfolie en in te ademen via een buisje (chinezen).
- **Spuiten:** de cocaïne wordt in water opgelost en met een injectienaald in een bloedvat gespoten.

Cocaïne



WET

Cocaïne staat op lijst 1 van de Opiumwet. Dit betekent dat productie, bezit, invoeren, uitvoeren en handel strafbaar zijn. De straffen zijn hoger dan bij stoffen die op lijst 2 staan, zoals hasj en wiet. De overheid vindt de risico's voor de volksgezondheid van de middelen op lijst 1 namelijk groter. Naast cocaïne staan bijvoorbeeld ook heroïne, XTC/MDMA en speed op lijst 1.

RISICO'S

Cocaïne kan problemen met hart en vaten veroorzaken of verergeren. Cocaïne vernauwt de bloedvaten, versnelt de hartslag en verhoogt de bloeddruk. Dit kan gevaarlijke gevolgen hebben, zoals hartritmestoornissen, een hartinfarct of een beroerte. Mensen die al hart- en vaatproblemen hebben lopen extra risico. Ook een hoge dosis vergroot het risico, net als het combineren van cocaïne met alcohol of andere drugs.

Cocaïne en alcohol is een extra gevaarlijke combinatie. Cocaïne wordt vaak tegelijk met alcohol gebruikt. Doordat cocaïne het lichaam oppept, voelt de gebruiker de effecten van alcohol minder waardoor deze meer alcohol kan drinken. De combinatie van alcohol en cocaïne maakt een derde stof aan in het lichaam die extra schadelijk is.

Cocaïne is geestelijk verslavend. Je hebt dan het gevoel dat je niet meer zonder kunt. Je kunt niet goed functioneren en vindt het leven zonder cocaïne niet leuk. Het roken en spuiten van cocaïne leiden sneller tot verslaving dan snuiven.

Cocaïne kan het lichaam verzwakken. Cocaïne vermindert de eetlust en kan voor slapeloosheid zorgen. Onvoldoende rust en voeding verminderen de weerstand, waardoor een gebruiker sneller ziek kan worden of oververmoeid kan raken.

Cocaïnegebruik kan invloed hebben op de persoonlijkheid. Door regelmatig gebruik kan de omgang van de gebruiker met anderen veranderen. De gebruiker wordt arrogant, egoïstisch en is eerder geïrriteerd, wat sneller tot ruzies kan leiden.

WERKING

Cocaïne wordt vaak gebruikt om een wakker en vrolijk gevoel te krijgen. Bij het gebruiken van cocaïne ervaart de gebruiker meestal het volgende:

- Vermoeidheid neemt af.
- Concentratie wordt groter.
- Zelfvertrouwen neemt toe.
- Wie zich goed voelt, gaat zich nog beter voelen.
- Eetlust vermindert.
- Hartslag versnelt.
- Bloeddruk stijgt.

Maar soms gebeurt het volgende:

- Er ontstaan hartkloppingen.
- De gebruiker wordt angstig of achterdochtig.
- De gebruiker raakt snel geïrriteerd of agressief.

Bij snuiven werkt cocaïne al na een paar minuten. Het effect duurt ongeveer een half uur. Snuift men veel of snel achter elkaar dan kan het effect opstapelen en langer duren. Bij roken en spuiten werkt de cocaïne bijna direct. Het effect is sterker maar duurt maar een paar minuten.

Het snuiven van cocaïne kan de neus beschadigen. Bij regelmatig snuiven kan het neusslijmvlies geïrriteerd en zelfs beschadigd raken. De gebruiker kan hierdoor niet goed meer ruiken en proeven.

Het roken van cocaïne kan de luchtwegen beschadigen. Wie regelmatig cocaïne rookt, kan moeilijker gaan ademen en last krijgen van hoesten, astma en bronchitis. Bij langdurig gebruik kunnen de longen onherstelbare schade oplopen.

Cocaïne kan psychoses uitlokken. Bij een psychose verlies je het contact met de werkelijkheid. Je ziet en hoort dingen die er niet zijn. Bij mensen die aanleg hebben voor psychoses, bijvoorbeeld omdat ze in hun familie voorkomen, kan het gebruik van cocaïne een psychose oproepen.

WIE LOPEN EXTRA RISICO?

Jongeren. Omdat de hersenen van jongeren nog in ontwikkeling zijn, is gebruik van cocaïne en andere drugs voor hen extra riskant. Het kan de ontwikkeling van de hersenen verstoren. Ook vergroot drugs gebruiken op jonge leeftijd de kans op verslaving op latere leeftijd.

Mensen die niet goed in hun vel zitten. Omdat cocaïne het zelfvertrouwen vergroot en energie geeft, kan het gebruik voor mensen die onzeker zijn of niet lekker in hun vel zitten, extra aantrekkelijk zijn. Daardoor lopen zij meer risico verslaafd te raken.

Mensen met (aanleg voor) psychische problemen. Cocaïne kan bestaande psychische problemen als depressies, angsten en psychoses versterken. Soms roept cocaïne deze problemen op bij mensen die er aanleg voor hebben.

Mensen met hart- en vaatziekten. Cocaïne verhoogt de bloeddruk en hartslag en vernauwt de vaten. Dit belast het hart en de vaten. Daarom lopen mensen met een hart of vaatziekte een groter risico als zij cocaïne gebruiken.

Mensen met diabetes of epilepsie. Cocaïne beïnvloedt de stofwisseling en is daarom extra riskant voor mensen met diabetes. Bij mensen met epilepsie kan cocaïne een epileptische aanval uitlokken.

Mensen die medicijnen gebruiken. Sommige medicijnen kunnen in combinatie met cocaïne minder goed werken of er treden vervelende of gevaarlijke bijwerkingen op.

Zwangere vrouwen en mensen met een kindervens. Cocaïne kan mogelijk de kwaliteit van ei- en zaadcellen verslechteren en de vruchtbaarheid verminderen. Cocaïnegebruik tijdens de zwangerschap kan erg schadelijk zijn voor het ongeboren kind. Ook vrouwen die borstvoeding geven, kunnen beter geen cocaïne gebruiken.



Snuiven van cocaïne

WANNEER IS EEN COCAÏNEGEBRUIKER VERSLAAFD?

Voor sommigen wordt het gebruik van cocaïne een gewoonte. Zij kunnen dan moeilijk meer zonder en kunnen de controle over het gebruik verliezen. Het gebruik gaat in de weg staan bij de dingen die iemand wil of moet doen. Of het kan financiële of relatieproblemen tot gevolg hebben. Dit noem je verslaving of afhankelijkheid.

Andere signalen van verslaving:

- Bij negatieve gevoelens (bijvoorbeeld stress) verlangen gebruikers sterk naar cocaïne.
- Gebruikers nemen vaker en meer cocaïne dan ze van plan waren.
- Gebruikers worden onrustig als ze geen cocaïne kunnen gebruiken.
- Het gebruik blijft doorgaan, zelfs als er door het gebruik problemen ontstaan in relaties, op het werk, of op financieel gebied.
- Gebruikers stellen het stoppen of minderen met cocaïne steeds uit.

Soms is stoppen makkelijk maar meestal kost het veel moeite. Aanleg voor verslaving en andere problemen (stress, depressie) kunnen het moeilijker maken om te stoppen. Wie lange tijd regelmatig cocaïne gebruikt heeft, kan bij het stoppen last krijgen van somberheid en hevige vermoeidheid.