

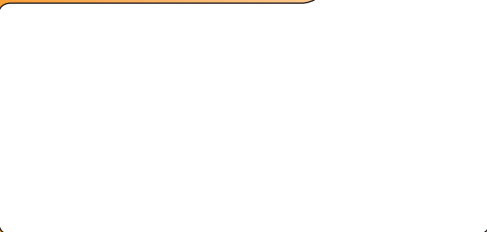
WAT KAN EEN GEBRUIKER ZELF DOEN?

Iemand die hulp nodig heeft om te stoppen met heroïne kan het beste (via de huisarts) deskundige hulp vragen bij de verslavingszorg. Tips, links, adressen en informatie zijn te vinden op www.drugsinfo.nl of op te vragen bij de Drugs Infolijn.

WAT KAN DE OMGEVING DOEN?

Omgaan met het heroïnegebruik van een vriend, partner of familielid is meestal erg moeilijk. Daarom is het belangrijk om over de situatie te praten met iemand die je vertrouwt. De Drugs Infolijn, verslavingszorg en zelfhulporganisaties voor naasten van verslaafden kunnen steun en advies geven. Adressen vind je op www.drugsinfo.nl

VERSTREKT DOOR



Gebruiksvoorwerpen

MEER INFORMATIE EN ADVIES?

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



Trimbos
instituut

Netherlands Institute of
Mental Health and Addiction

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

NAAM

Heroïne, smack, horse, bruin, brown sugar, diacetylmorfine.

AFKOMST

Heroïne wordt gemaakt van morfine. Morfine wordt gemaakt van opium, een stof uit de papaverplant.

KENMERKEN

Heroïne bestaat in verschillende vormen, uiteenlopend van fijn wit poeder tot geelbruine brokjes.

WERKZAME STOF

De werkzame stof is heroïne, de chemische naam is diacetylmorfine. Heroïne wordt voor de verkoop bijna altijd vermengd (versneden) met andere stoffen zoals cafeïne en paracetamol. Daarom kan de sterkte van heroïne erg verschillen.

MANIER VAN GEBRUIK

Heroïne wordt in Nederland meestal gerookt. Een kleine groep spuit heroïne.

- **Roken:** de heroïne wordt verhit op aluminiumfolie en ingeademd via een buisje. Dit wordt "chinezen" genoemd.
- **Spuiten:** Spuiten: de heroïne wordt in water opgelost en met een naald in een bloedvat geïnjecteerd.

Heroïne



WET

Heroïne staat op lijst I van de Opiumwet. Dit betekent dat productie, bezit en handel strafbaar zijn. De straffen zijn hoger dan bij lijst II (bijvoorbeeld hasj en wiet). De overheid vindt de risico's voor de volksgezondheid van de middelen op lijst I namelijk groter. Vanwege de risico's worden deze middelen ook wel 'hard-drugs' genoemd. Naast heroïne staan bijvoorbeeld ook cocaïne, XTC, speed en GHB op lijst I.



WERKING

Heroïne wordt gebruikt vanwege de verdovende en pijnstillende werking en de gelukzalige roes die het veroorzaakt. Veel gebruikers verlangen steeds opnieuw naar de 'flash': een kort maar heel intens geluksgevoel dat meteen na inname opkomt. Deze flash vermindert vaak na langdurig en intensief gebruik. Uiteindelijk verdwijnt dit effect zelfs helemaal.

Bij het gebruiken van heroïne gebeurt meestal het volgende:

- De gebruiker voelt zich ontspannen, slaperig en dromerig.
- De gebruiker ervaart een intens geluksgevoel ('flash').
- Gevoelens van angst en verdriet verdwijnen.
- De concentratie wordt minder.
- De eetlust vermindert.
- De pupillen verkleinen.
- De ademhaling en de hartslag vertragen.

Maar soms gebeurt het volgende:

- De gebruiker wordt duizelig, misselijk en moet braken (dit gebeurt bijna altijd bij de eerste keren van gebruik).
- De gebruiker wordt angstig.
- De gebruiker raakt in een diepe slaap die kan overgaan in coma (overdosis).
- Er ontstaan ademhalingsproblemen.

Heroïne werkt snel na inname. De effecten houden ongeveer vier tot zes uur aan.

gebruiker geen signalen van het lichaam meer als hij gewond of ziek is, een warme plek moet opzoeken of iets moet eten. Hierdoor gaat de lichamelijke toestand bij langdurig gebruik vaak achteruit.

Heroïne verstoort de menstruatiecyclus.

Heroïne verstoort de menstruatiecyclus. De menstruatie kan zelfs helemaal wegblijven. Toch kan een vrouw dan nog wel zwanger worden. Een zwangerschap kan in dat geval laat ontdekt worden. Als de aanstaande moeder veel heroïne gebruikt heeft is dat gevaarlijk voor het unborn kind.

VERSLAVING

Heroïne zorgt snel voor verslaving. Mensen die regelmatig gebruiken, lopen een groot risico om de controle over het gebruik te verliezen. Ze kunnen dan moeilijk meer zonder. Het gebruik gaat in de weg staan bij de dingen die iemand wil of moet doen. Dit noem je verslaving of afhankelijkheid.

Andere signalen van afhankelijkheid:

- De gebruiker verlangt steeds naar het middel.
- De gebruiker heeft steeds meer nodig voor hetzelfde effect.
- de gebruiker gaat door met gebruiken terwijl er problemen door ontstaan.

WIE LOPEN EXTRA RISICO?

Jongeren. Omdat de hersenen van jongeren nog volop in ontwikkeling zijn, is gebruik van heroïne en andere drugs voor hen extra riskant. Het kan de ontwikkeling van de hersenen verstoren en het vergroot de kans op verslaving op latere leeftijd. Gelukkig zijn er maar weinig jongeren die met heroïne experimenteren.

Mensen die niet goed in hun vel zitten. Door het warme, ontspannende gevoel dat heroïne geeft, kunnen deze mensen regelmatige gebruikers worden. Daardoor lopen zij meer risico verslaafd te raken. Zij kunnen bovendien extra

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

Een te hoge dosis kan dodelijk zijn. Heroïne dempt de ademhaling en andere belangrijke hersenfuncties. Bij een te hoge dosis (overdosis) kan de ademhaling zo sterk gedempt worden dat de gebruiker overlijdt. Ook combinaties van heroïne met andere dempende middelen, zoals alcohol en slaap- en kalmeringsmiddelen, kunnen voor problemen met de ademhaling zorgen.

- De gebruiker stelt het stoppen of minderen van heroïnegebruik steeds uit. Een belangrijk kenmerk van heroïne is dat het lichaam er snel gewend aan raakt. Wie dagelijks heroïne gebruikt, krijgt bij het stoppen ontwenningsverschijnselen. Daarbij kan het gaan om misselijkheid en diarree, zweten, trillen, somberheid, pijn in armen en benen, buikkrampen en angsten. Deze klachten kunnen tot ongeveer tien dagen aanhouden, maar verdwijnen direct als iemand opnieuw heroïne gebruikt. Dit maakt het moeilijk om het stoppen met heroïne vol te houden. Heroïne wordt in Nederland steeds minder gebruikt. De meeste gebruikers zijn mensen die al lange tijd geleden verslaafd zijn geraakt.

last hebben van de stemmingswisselingen die heroïne kan veroorzaken. Om dezelfde redenen lopen mensen met een depressie of andere psychische problemen extra risico.

Zwangere vrouwen. Heroïnegebruik is gevaarlijk voor het unborn kind. Baby's van moeders die heroïne gebruiken tijdens de zwangerschap raken ook verslaafd. Deze baby's krijgen ontwenningsverschijnselen na de geboorte. Heroïne komt ook terecht in de moedermelk. Borstvoeding geven bij heroïne-gebruik kan daarom schadelijk zijn voor de baby.

Het spuiten van heroïne kan voor infectieziekten en ontstekingen zorgen. Zo kan het delen van spuiten besmetting met hepatitis B en C of hiv leiden. Bij onhygiënisch gebruik kunnen spuitplekken gaan ontsteken.

Heroïne is verslavend. Heroïne geeft al vrij snel ontwenningsverschijnselen. Om zich niet ziek te voelen, moeten mensen die verslaafd zijn elke vier tot zes uur heroïne gebruiken.

RISICO'S

Heroïne kan verkeerd vallen. De gebruiker voelt zich dan duizelig, misselijk, angstig of verward.

Heroïne zorgt voor verstopping. Heroïne-gebruik zorgt ervoor dat de darmen trager werken. Daarom komt verstopping veel voor, vooral bij langdurige gebruikers.

Heroïne zorgt voor stemmingswisselingen. De stemming van gebruikers kan tijdens de werking en erna erg verschillen. Van vrolijk of onverschillig tot geïrriteerd en depressief.

Heroïne beïnvloedt de rijvaardigheid. Heroïne verslechtert de concentratie en het reactievermogen. Onder invloed van heroïne kun je niet meer goed aan het verkeer deelnemen.

Heroïne kan tot verwaarlozing van het lichaam leiden. Doordat heroïne gevoelens van pijn, kou en honger onderdrukt, krijgt de