

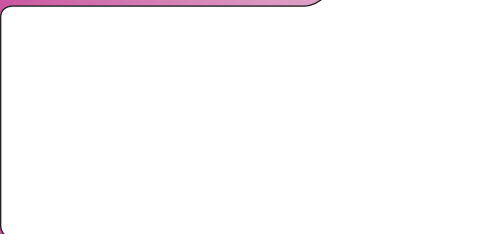
OPVOEDING EN XTC

Voor jongeren heeft druggebruik extra risico's. Stel als ouder duidelijke regels over het gebruik van drugs en leef die ook na. Op drugsinfo.nl en uwkindenuitgaansdrugs.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 MDMA/XTC. Op drugsinfo.nl staat het adres van de instelling in de buurt.

VERSTREKT DOOR



 **Trimbos**
instituut

Netherlands Institute of
Mental Health and Addiction

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

WAT KAN DE OMGEVING DOEN?

Als een vriend, partner of familielid regelmatig XTC gebruikt, kan dat lastig zijn. Je kunt je zorgen maken om de risico's die iemand neemt. Of je ervaart dat de ander alleen nog maar geïnteresseerd is in het gebruik van XTC.

Een paar tips:

- Als je je zorgen maakt over iemand, kies dan een rustig moment uit en bespreek dit met hem of haar. Vertel wat je aan veranderingen bij de ander ziet sinds het XTC-gebruik. 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.

NAAM

XTC, ecstasy, X, pillen. De werkzame stof in XTC is MDMA (3,4-methyleendioxyamfetamine). Met de term XTC wordt vaak een pil bedoeld waar MDMA in zit. Vaak worden XTC-pillen vernoemd naar de afbeelding (bijvoorbeeld een hartje of poppetje) of het merk dat erop staat (vaak een auto- of kledingmerk). MDMA-poeder of kristal wordt vaak M genoemd.

AFKOMST

MDMA en XTC worden in illegale laboratoria gemaakt met verschillende chemische grondstoffen. Dit gebeurt onder andere in Nederland.

KENMERKEN

Pillen, poeders en capsules. XTC-pillen verschillen qua vorm, kleur en afbeelding. De poeders of kristallen zijn wit tot bruin van kleur. Capsules zijn vaak doorzichtig en bevatten MDMA-poeder.

WERKZAME STOF

De werkzame stof in zowel pillen, poeders, kristallen als capsules is MDMA. De hoeveelheid MDMA kan erg verschillen en daarmee ook het effect. Bovendien kan een middel dat als XTC verkocht wordt (ook) andere stoffen bevatten die andere effecten en risico's hebben.

MANIER VAN GEBRUIK

- Slikken: pillen en capsules worden geslikt. Van poeders en kristallen worden kleine ijkjes genomen of de MDMA wordt in een vloeitje gerold en doorgeslikt.
- Drinken: poeders en kristallen worden soms opgelost in een drankje.

XTC



WET

MDMA 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. Naast MDMA staan bijvoorbeeld ook cocaïne, speed en heroïne op lijst 1.

WERKING

MDMA wordt vaak gebruikt om een blij en energiek gevoel te krijgen. De gebruiker krijgt behoefte aan contact met anderen en wordt er knuffelig van.

Daarnaast heeft MDMA een stimulerende werking waardoor mensen lang wakker blijven en bijvoorbeeld lang door kunnen dansen. Daarom wordt het vaak gebruikt tijdens het uitgaan.

Bij het gebruiken van MDMA gebeurt meestal het volgende:

- Wie zich goed voelt, gaat zich nog beter voelen.
 - De gebruiker voelt zich sterk verbonden met anderen.
 - Muziek en kleuren worden anders waargenomen.
 - De gebruiker voelt geen vermoeidheid meer.
 - De eetlust vermindert.
 - De hartslag versnelt.
 - De bloeddruk stijgt.
 - De pupillen worden groot.
 - Gespannen kaken, kauwbewegingen.
 - De gebruiker krijgt een droge mond.
- De effecten beginnen meestal na een half uur tot een uur en houden dan vier tot zes uur aan.

Maar soms gebeurt het volgende:

- De gebruiker wordt misselijk en voelt zich ziek.
- De gebruiker raakt oververhit.
- De gebruiker krijgt hoofdpijn.
- Er ontstaan hartkloppingen en duizeligheid.
- Er ontstaat angst, paniek of verwarring.

RISICO'S

XTC kan verkeerd vallen. De gebruiker voelt zich dan ziek, draaierig of misselijk. Iemand kan zich ook angstig of verward voelen.

MDMA kan een depressief gevoel geven.

Een deel van de gebruikers voelt zich een paar dagen na het gebruik somber en leeg. Dit gevoel kan meerdere dagen aanhouden. Bij intensief gebruik komen depressie en ook angsten en slapeloosheid voor. Dit verdwijnt meestal weer als met gebruik gestopt wordt.

MDMA vermindert de rijvaardigheid.

Door MDMA kun je risico's minder goed inschatten. Ook werkt de informatieverwerking minder goed. Daarom is MDMA in het verkeer levensgevaarlijk.

MDMA kan de hersenen beschadigen.

Geheugen, concentratie en stemming worden hierbij mogelijk aangetast. Dit risico wordt groter naarmate iemand vaker en meer gebruikt. Een warme omgeving en de combinatie van MDMA met andere middelen kunnen het risico op hersenschade vergroten. Verder onderzoek moet duidelijk maken of de beschadiging blijvend is en hoeveel risico een matige gebruiker loopt.



XTC-pillen

MDMA kan geestelijk verslavend zijn.

Voor een deel van de gebruikers hoort MDMA zo bij het uitgaan, dat een avond uit zonder MDMA niet leuk meer is. MDMA is niet lichamelijk verslavend.

MDMA kan soms voor ernstige klachten zorgen.

Een enkele keer krijgen MDMA-gebruikers last van levensgevaarlijke klachten als oververhitting van het lichaam door een te hoge dosering, een warme omgeving of warme kleding. Soms is iemand zo gevoelig voor MDMA dat hij al oververhit raakt bij een lage dosering. Te veel drinken kan zorgen voor gevaarlijke zwelling van de hersenen. Gebruikers moeten niet te veel drinken als ze MDMA gebruikt hebben, ook de dag erna. Daarnaast ontstaan soms ernstige problemen met de lever of met hart en vaten (bijvoorbeeld een infarct). Soms is er een duidelijke oorzaak, zoals bestaande lichamelijke klachten. Maar niet voor ieder geval is een duidelijke oorzaak te vinden.

WANNEER IS GEBRUIK PROBLEMATISCH

Een klein deel van de mensen die MDMA gebruiken, verliest de controle over het gebruik. Uitgaan is dan niet meer leuk zonder MDMA. Het gebruik gaat in de weg staan bij de dingen die iemand wil of moet doen (bijvoorbeeld werk, studie, sociale leven). Echte afhankelijkheid van MDMA komt weinig voor. Iemand die afhankelijk is van MDMA, gebruikt vaak meerdere middelen.

WAT KAN EEN GEBRUIKER ZELF DOEN?

Iemand die problemen heeft met MDMA kan proberen zelf te stoppen. Er zijn speciale internetprogramma's die daarbij kunnen helpen. Ook kan een gebruiker (via de huisarts) 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).



XTC-pil

WIE LOPEN EXTRA RISICO?

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

Mensen die niet goed in hun vel zitten. Bij mensen die ziek, moe, angstig, somber of gespannen zijn, valt MDMA vaker verkeerd.

Mensen met (aanleg voor) psychische problemen.

MDMA kan bestaande psychische problemen zoals depressies, angsten en psychoses versterken. Bij een psychose verlies je het contact met de werkelijkheid. Iemand die psychotisch is, kan dingen horen of zien die er niet zijn. Bij mensen die aanleg hebben voor psychoses, bijvoorbeeld omdat het in hun familie zit, kan het gebruik van MDMA een eerste psychose oproepen.

Mensen met diabetes, astma of epilepsie. MDMA kan de klachten van deze mensen verergeren.

Mensen die medicijnen gebruiken. Soms kunnen medicijnen door MDMA minder goed werken, of treden er vervelende of gevaarlijke bijwerkingen op. Astmamedicijnen en antidepressiva zijn hier voorbeelden van.

Mensen met hart- en vaatziekten. MDMA versnelt de hartslag, verhoogt de bloeddruk en kan voor hartkloppingen zorgen. Dit is vooral risicovol voor mensen met hart- en vaatproblemen.

Zwangere vrouwen. MDMA kan via de placenta bij de ongeboren baby terecht komen. Dit kan schadelijk zijn voor het kind. Ook vrouwen die borstvoeding geven, kunnen beter geen MDMA gebruiken.