

## Q&A Jongerenwerk, veldwerkers en preventiewerkers

### Lachgas: preventie en afval

#### **Wat is lachgas?**

Lachgas is een drug. Het zit in patronen of in lachgastanks (ook wel: cilinders of buizen genoemd). Mensen spuiten het gas in een ballon en ademen het gas uit de ballon. Lachgas zorgt voor een roes die 1 tot 5 minuten duurt. Wanneer mensen veel en vaak achter elkaar lachgas gebruiken, kunnen de effecten langer aanhouden.

Lachgas kan schadelijk zijn voor de gezondheid. Het kan zorgen voor hoofdpijn, misselijkheid, duizeligheid en flauwvallen. Mensen kunnen tintelende handen of voeten krijgen. Meestal is dat bij veel en vaak gebruik. Tintelingen en gevoelloosheid is een alarmsignaal. Het kan betekenen dat er schade is aan het zenuwstelsel. Lachgas kan ook zorgen voor verslaving. En wanneer mensen gaan rijden na of tijdens het gebruik van lachgas, kan dit zorgen voor verkeersongelukken.

Lachgas staat sinds 1 januari 2023 op lijst 2 van de [Opiumwet](#). Dit betekent dat het verboden is om lachgas te bezitten, te maken of te verkopen. Ook zien we dat lachgastanks bij het gewone afval terecht komen. Dit is gevaarlijk.

#### **Wat kan ik tegen jongeren zeggen over wat ze moeten doen met lachgastanks?**

Voor jouw gezondheid is het beter om helemaal geen lachgas te gebruiken. Gebruik je wel? Of kom je spontaan een lege lachgastank tegen? Gooi deze dan nooit bij het normale afval. Deze tanks zijn gevaarlijk afval. Wanneer ze bij het gewone afval komen zorgen ze voor grote problemen. Ze kunnen ontploffen en hierdoor machines kapot maken. Het normale afval kan hierdoor stil komen te liggen. Het is ook gevaarlijk voor mensen die in de afvalverwerking werken. Wanneer een tank ontploft kunnen zij gewond raken of overlijden. Dit wil je niet. Lachgastanks moeten daarom naar de milieustraat.

#### **Een jongere vraagt mij of ik mijn lachgastanks wil meenemen. Wat moet ik doen?**

Het is altijd jouw persoonlijke keuze of je hier wel of niet op in wil gaan. Wanneer jij dit doet dan kun je wel zorgen dat de tanks bij de milieustraat komen. Hierdoor draag je bij aan het voorkomen van problemen en gevaarlijke situaties.

#### **Hoeveel tanks mag iemand maximaal inleveren?**

Er zit geen grens aan het aantal tanks dat iemand mag inleveren bij de milieustraat.

#### **Moet ik de politie bellen bij lege lachgastanks?**

Nee, bel nooit de politie hierover. De politie heeft geen rol bij het inzamelen van lege lachgastanks. Ook kan dit het vertrouwen dat jij met de jongeren hebt beschadigen. Dit levert dus niets op.

#### **Ik wil jongeren helpen bij het stoppen van het gebruik van lachgas, wat kan ik doen?**

Jij kan jongeren helpen wanneer ze willen stoppen met het gebruik van lachgas. Vooral wanneer een jongere jou vertrouwt en je een goede band hebt. Soms kan een jongere dit zelf met bijvoorbeeld coaching en tips. Kijk ook hier: [Wat kun je zelf doen? - Drugs en Uitgaan](#) Maar voor sommige jongeren is het lastiger om te stoppen, vooral wanneer het gebruik meer problematisch is.

In dat geval is het altijd goed om samen te werken met de preventie-afdeling van de regionale instelling voor verslavingszorg. Welke organisatie dat is ligt aan de stad of regio waar je werkt. Probeer contact te leggen met deze afdeling wanneer je daar nog niet mee samenwerkt. Jullie kunnen samen een plan maken hoe je jongeren die lachgas gebruiken kunt helpen om te stoppen.

Een goede eerste stap is om in gesprek te gaan over het lachgasgebruik om te kijken wat er speelt. Gebruik hierbij de LSD-techniek: Luisteren, Samenvatten, Doorvragen.

Vertelt een jongere jou dat hij neurologische klachten heeft door lachgasgebruik zoals tintelingen en gevoelloosheid in handen en voeten? Probeer dan snel te handelen. Help bij het zoeken van medische hulp zoals de huisarts. Snel handelen kan erger voorkomen.

### **Zie je in jouw werkgebied problemen met lachgastanks op straat of bij het gewone afval? En ben je actief in het online jongerenwerk?**

Onderstaande foto kun je gebruiken voor het maken van een sociale mediapost. Wil je deze foto los ontvangen? Mail dan naar [dspronk@trimbos.nl](mailto:dspronk@trimbos.nl).



### **Meer lezen?**

Informatie over lachgas voor publiek: [Lachgas: Risico's - DRUGSinfo.nl](https://www.drugsinfo.nl/lachgas-risico)

Meer informatie over het weggooien van lachgastanks: [Lachgastanks weggooien: waar kan dat? - DRUGSinfo.nl](https://www.drugsinfo.nl/lachgastanks-weggooien)

Informatie over lachgas voor professionals: [Informatie over lachgas voor professionals - Trimbos-instituut](https://www.trimbos-instituut.nl/informatie-over-lachgas-voor-professionals)

Laatste cijfers over gebruik: [Lachgas 13.2 Gebruik: algemene bevolking - Nationale Drug Monitor](https://www.nationaledrugmonitor.nl/lachgas-13-2)

Aanbevelingen voor preventie: [infosheet met tips voor preventie](https://www.infosheet.nl/tips-voor-preventie)

### **Nog vragen over lachgas of over wat je kunt doen aan lachgaspreventie?**

Neem contact op met de preventie-afdeling van de instelling voor verslavingszorg in jouw regio.

Of email het Trimbos-instituut: Desirée Spronk [dspronk@trimbos.nl](mailto:dspronk@trimbos.nl)