

“Oerend hard op Poes”

Een kwalitatieve verkenning naar de opkomst, verspreiding en ontwikkeling van het gebruik van 3-MMC onder jonge gebruikers in landelijke gebieden in Nederland





“Oerend hard op Poes”

Een kwalitatieve verkenning naar de opkomst, verspreiding en ontwikkeling van het gebruik van 3-MMC onder jonge gebruikers in landelijke gebieden in Nederland



Colofon

Auteur

Ton Nabben¹

Met medewerking van

Laura Smit-Rigter²

Frederiek Schutten²

Margriet van Laar²

1. Hogeschool van Amsterdam

2. Trimbos-instituut

Met dank aan

De jongeren en jongvolwassenen (interviews, veldwerk) en de professionals (focusgroep, veldwerk) voor het delen van hun ervaringen. En Dirk Korf (emeritus-hoogleraar, Universiteit van Amsterdam) voor zijn feedback.

Uitgevoerd in opdracht van

Het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS)

Vormgeving

The Creative Hub

Beeld

Gettyimages.nl

Dit rapport is een uitgave van het Trimbos-instituut en is gratis te downloaden via www.trimbos.nl/aanbod/webwinkel met artikelnummer TRI-41-023.

Trimbos-instituut

Da Costakade 45

3500 AS Utrecht

www.trimbos.nl

T: 030-297 11 00

© 2026, Trimbos-instituut, Utrecht

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande toestemming van het Trimbos-instituut.

Inhoudsopgave

Beschouwing	6
1 Inleiding	10
1.1 Wat zijn Nieuwe Psychoactieve Stoffen (NPS)?	10
1.2 Toelichting stofgroepenverbod	11
1.3 Waarom dit onderzoek?	12
2 Methode	14
2.1 Veldwerk en interviews met jonge gebruikers van 3-MMC in landelijke gebieden	14
2.2 Focusgroep met professionals	15
2.3 WhatsApp-drugsmenu's	15
2.4 Hoe deze resultaten gelezen moeten worden	16
3 Situatieschets van het gebruik van 3-MMC in landelijke gebieden	17
3.1 Liefde voor het platteland	17
3.2 Populariteit van 3-MMC in landelijke gebieden	18
3.3 Beschikbaarheid van 3-MMC in landelijke gebieden	20
3.4 Oude versus nieuwe 3-MMC	21
4 Opkomst van 3-MMC: drie generaties	24
4.1 De précorona periode	24
4.2 De coronaperiode	25
4.3 De post-coronaperiode	26
5 Context, motieven en patronen van gebruik	28
5.1 Eerste aanraking via vrienden en nieuwsgierigheid	28
5.2 Gebruiksmotieven	29
5.3 Gebruikswijze	30
5.4 Combinatiegebruik	31
6 Stoppen of doorgaan – problematisch gebruik	32
6.1 Van incidenteel tot chronisch gebruik	32
6.2 Van escalatie tot het keerpunt	34
6.3 Hulp zoeken en afkicken	37



7 Reflectie van professionals	39
7.1 Een jonge groep gebruikers	39
7.2 Opkomst en verspreiding 3-MMC in landelijke gebieden	39
7.3 Risicofactoren om te starten met 3-MMC	40
7.4 Hoe gebruik problematisch wordt	41
7.5 Terugdringen van gebruik; wat werkt volgens professionals?	41
8 Inzage in de lokale 3-MMC markt op basis van WhatsApp menu's	43
8.1 Verschillen in aanbod en prijs in Nederland	43
8.2 Prijs van 3-MMC en andere cathinonen	43
8.3 Prijs van verschillende fenylethylaminen	45
Literatuur	46
Bijlage 1. Profielschets jonge 3-MMC gebruikers die zijn geïnterviewd	47

Nieuwe Psychoactieve Stoffen (NPS) zijn stoffen die qua werking lijken op traditionele illegale drugs zoals cannabis, ecstasy of heroïne. Ze worden vaak op de drugsmarkt geïntroduceerd als legaal alternatief voor illegale drugs om zo bestaande drugswetgeving te omzeilen. In Nederland wordt het gebruik van drugs op verschillende manieren gemonitord, bijvoorbeeld via bevolkingsonderzoeken. Over het gebruik van NPS ontbreken echter vaak gegevens. Dit omdat NPS een grote en snel veranderende groep stoffen omvat en het lastig is deze stoffen te volgen via standaard monitoringsystemen. Bovendien is de prevalentie van gebruik van de meeste NPS laag, waardoor het moeilijk is om betrouwbare en gedetailleerde informatie te verzamelen over wie deze middelen gebruikt en hoe.

Hoewel met aanvullend vragenlijstonderzoek gebruikers van NPS gericht kunnen worden bevraagd, blijkt in de praktijk echter dat dit soort vragenlijsten vooral worden ingevuld door hoger opgeleide jongvolwassenen. Om ook een beeld te krijgen van de motieven en gebruikspatronen van meer praktisch opgeleide soms jonge gebruikers van NPS, kunnen verschillende (kwalitatieve) onderzoeksmethoden worden gebruikt. Vanuit de Hogeschool van Amsterdam wordt op deze manier al sinds 2019 onderzoek gedaan onder 'groepen risicojongeren' binnen de Antenne Regiomonitor [1].

Uit gegevens van de Antenne Regiomonitor 2023/2024 blijkt dat verschillende professionals een gestage opmars signaleren van het gebruik van met name het middel 3-MMC in landelijke gebieden [1]. Dit wordt vaak gekoppeld aan de coronaperiode en de opleving van het nachtleven daarna. Tegelijkertijd rapporteren professionals een groeiende gezondheidsproblematiek bij jonge, vaak minderjarige gebruikers van 3-MMC in kleinere dorpsgemeenschappen. De meerderheid van hen volgt een praktische opleiding of is werkzaam in sectoren die kenmerkend zijn voor de regionale industrie.

Voortbouwend op de Antenne Regiomonitor heeft het Trimbos-instituut samen met de Hogeschool Amsterdam een verkennend kwalitatief onderzoek uitgevoerd dat specifiek gericht is op het gebruik van NPS en in het bijzonder 3-MMC. Het doel van het onderzoek was om meer inzicht te krijgen in het gebruik van 3-MMC onder jonge gebruikers met een praktische opleidingsachtergrond, woonachtig in verschillende landelijke gebieden in Nederland.

Aanleiding voor dit onderzoek is het stofgroepenverbod dat op 1 juli 2025 in werking is getreden. Met deze wetgeving is een aanvullende lijst (lijst IA) toegevoegd aan de Opiumwet, waarbij drie groepen NPS op basis van hun chemische basisstructuur in één keer zijn verboden. Het gaat specifiek om alle stoffen afgeleid van 2-fenetylamine, oftewel de fenylethylaminen (inclusief alle cathinonen), synthetische cannabinoïden en stoffen afgeleid van 4-aminopiperidine, oftewel de fentanyl-achtigen. Dit onderzoek is specifiek gericht op de situatie vóór de invoering van deze wetgeving, waarbij een aantal varianten van 3-MMC, die vallen onder de groep cathinonen, nog vrij verkrijgbaar waren.

Het onderzoek vond plaats tussen augustus 2024 en januari 2025 en bestond uit vier onderdelen:

- **Etnografisch veldwerk** gedurende een weekend in vier landelijke gebieden (Gelderland, Brabant, Overijssel, Flevoland). Dit veldwerk heeft zich gericht op het begrijpen van de leefwereld van jonge gebruikers van NPS in deze gebieden.
- **Kwalitatieve interviews** met 12 jonge (ex-)gebruikers (tussen de 17 en 24 jaar, plus 1 respondent van 32 jaar) uit dezelfde landelijke gebieden. De interviews waren deels face-to-face en deels via videobellen.
- **Een online focusgroep met 5 professionals** (preventiewerkers en jongerenwerkers), waarin zij hun observaties met betrekking tot NPS-gebruik onder jonge gebruikers hebben gedeeld.
- **Analyse van WhatsApp-drugsmenu's**, uit 10 provincies verzameld via het Unity-peer netwerk en professionals verbonden aan de Antenne Regiomonitor. De analyse richt zich op het aanbod van NPS en de verschillen in prijs.

Het etnografische veldwerk kenmerkte zich door informele gesprekken en observaties in settings zoals cafés, keten, feesten en hangplekken. Interviews werden afgenomen met behulp van een topiclijst en voorafgaande *informed consent*. Dit gold ook voor de focusgroep.

Hieronder volgen de onderzoeksvragen, de resultaten en een beknopte duiding daarvan.

Hoe ziet het gebruik van 3-MMC onder jonge gebruikers in landelijke gebieden eruit? Wat zijn redenen om te beginnen met gebruik en hoe ontwikkelt zich dit?

Situatieschets van het gebruik van 3-MMC in landelijke gebieden

De jongeren en jongvolwassenen in dit onderzoek zijn in de meeste gevallen geboren in landelijke gebieden en wonen nog thuis. Ze volgen een praktische opleiding of werken in praktische beroepen. De meeste van hen voelen een sterke verbondenheid met het gebied waar ze zijn opgegroeid en ervaren veelal een grote afstand tussen het leven in de dorpen en de (lokale) steden. In de landelijke gebieden wordt vooral alcohol gedronken en heerst over het algemeen een afkeurende houding tegenover drugs. Desalniettemin kent iedereen wel iemand die 3-MMC gebruikt.

Opkomst van 3-MMC

Op basis van de gesprekken lijkt het erop dat er in de onderzochte gebieden drie 'generaties' gebruikers zijn te onderscheiden. De oudere groep gebruikers die voor de coronapandemie begonnen met het gebruik van diverse middelen, waaronder 3-MMC, een groep jongeren en jongvolwassenen die tijdens corona voor het eerst in aanraking komen met 3-MMC en een groep die pas na de pandemie gaat experimenteren met 3-MMC. Deze laatste groep is vaak jong en heeft weinig ervaring met andere middelen.

Context, motieven en patronen van gebruik

De meeste van de ondervraagde jonge gebruikers zijn voor het eerst in aanraking gekomen met 3-MMC via vrienden, getriggerd door nieuwsgierigheid. Als reden om vervolgens 3-MMC te blijven gebruiken, benoemen zij het subtiele maar ook unieke effect ten opzichte van andere stimulerende middelen. Naarmate er langer gebruikt wordt, kan ook 'coping' (bijvoorbeeld het onderdrukken van stress) een rol gaan spelen. De intensieve gebruikers in dit onderzoek zien 3-MMC nog steeds als het primaire middel, maar het gebruik gaat soms ook gepaard met andere middelen.

Problematisch gebruik

Bij een deel van de ondervraagde 3-MMC-gebruikers gaat het gebruik over in problematisch gebruik. Bij hen raken de aanvankelijk positieve effecten in toenemende mate overschaduw door negatieve bijwerkingen. Sommigen herkennen hun excessieve gebruik pas als probleem wanneer hun omgeving het begint op te merken. Bij een deel van de jonge gebruikers is het gebruik in een betrekkelijk korte periode doorgeschoten naar frequent gebruik, waarbij oplopende doseringen gebruikt worden. Veel van de jonge gebruikers uit dit onderzoek die problematisch 3-MMC gebruiken, zoeken hulp om te minderen of stoppen.

Hoe kijken professionals aan tegen de opkomst en verspreiding van 3-MMC in landelijke gebieden? Welke risico's zien zij voor problematisch gebruik, en welke aanpak vinden zij effectief om dit gebruik terug te dringen?

De professionals die hebben deelgenomen aan de focusgroep¹ herkennen het beeld dat gebruikers van 3-MMC in landelijke gebieden vaak jong, soms zelfs minderjarig, en onervaren zijn. Ook zij horen dat 3-MMC gemakkelijk verkrijgbaar is en vooral onder vrienden gebruikt wordt op (thuis)feestjes, vaak als alternatief voor illegale drugs. De professionals geven aan dat vooral jongeren en jongvolwassenen met emotionele-, gedrags- of sociale problemen ontvankelijk zijn voor (problematisch) gebruik.

Het valt professionals op dat 3-MMC-gebruikers vaak pas om hulp vragen als het gebruik ook anderen begint op te vallen. Naast alle pilots en methodiekontwikkeling, benadrukken preventiewerkers het belang van een meer directe ambulante aanpak die aansluit bij de behoeften van (gemarginaliseerde) jonge gebruikers, in plaats van bij specifieke middelen, en die ook voorzien in langdurige ondersteuning.

Hoe ervaren jonge gebruikers in landelijke gebieden de beschikbaarheid, prijs en kwaliteit van 3-MMC en hoe hangt dit samen met het aanbod van NPS op WhatsApp-drugsmenu's in Nederland?

Beschikbaarheid, prijs en kwaliteit van 3-MMC

Uit het onderzoek blijkt dat 3-MMC zelfs in de kleinste dorpen gemakkelijk verkrijgbaar is en vooral aangeboden wordt via vrienden of bezorgdiensten, die het middel ook wel onder de naam 'miauw' of 'poes' aanbieden via speciale drugsmenu's. De jonge gebruikers die al langer gebruiken merken dat de kwaliteit van 3-MMC wel is veranderd na het verbod in 2021, maar dit heeft doorgaans geen invloed op het gebruik.

Aanbod en prijzen 3-MMC en andere NPS op WhatsApp-menukaarten

Na een inventarisatie van WhatsApp menu's met NPS in het assortiment, zijn 70 originele menu's uit 10 provincies geteld waarop 3-MMC, 4-MMC, 2-MMC, of fenylethylaminen als 4-FA of 4-FMA worden vermeld, inclusief bijbehorende prijzen. Opvallend zijn de grote prijsverschillen bij '3-MMC' ('poes', 'miauw'). In Gelderland, Brabant, Overijssel, Flevoland en Friesland betalen gebruikers gemiddeld 16 euro per gram. In de andere provincies (o.a. Randstad) liggen de prijzen bijna twee keer zo hoog. Andere NPS komen slechts sporadisch voor op de drugsmenu's.

1 In de focusgroep zaten vier preventiewerkers (Novadic-Kentron, Tactus, Iriszorg en Brijder) en één jongerenwerker (Youth for Christ) in landelijke gebieden waar ook veldwerk werd gedaan.

Samenvattend

Dit onderzoek biedt een inzicht in het gebruik van 3-MMC onder jonge gebruikers in landelijke gebieden. In combinatie met de reflecties van een aantal professionals laten de interviews en observaties zien dat het gebruik een complex fenomeen is, geworteld in sociale, culturele en psychologische contexten. De laagdrempelige beschikbaarheid (ook na het verbod op 3-MMC in 2021), de invloed van specifieke vriendengroepen en de gewenste effecten van het middel kunnen gezamenlijk het risico op problematisch gebruik vergroten. Voor beleidsinterventies gericht op vroegsignalering, preventie en laagdrempelige hulpverlening is het belangrijk om met deze contextuele factoren rekening te houden.

1 Inleiding



1.1 Wat zijn Nieuwe Psychoactieve Stoffen (NPS)?

NPS zijn stoffen die qua werking lijken op traditionele drugs zoals cannabis, ecstasy of heroïne. Ze worden vaak op de drugsmarkt geïntroduceerd als legaal alternatief voor illegale drugs om zo bestaande drugswetgeving te omzeilen. Ze worden soms ook wel 'designerdrugs', 'research chemicals' of 'legal highs' genoemd.

Vanwege het groot aantal stoffen dat onder de term NPS valt, worden NPS vaak in stofgroepen onderverdeeld. Voor de indeling in deze groepen wordt gekeken naar de chemische structuur en farmacologische werking van NPS [2]. Tabel 1 laat deze indeling in stofgroepen met bijbehorende kenmerken en voorbeelden zien.

Tabel 1. Indeling NPS in verschillende stofgroepen met hun kenmerken, enkele voorbeelden en wettelijke status

Stofgroep	Kenmerk	Voorbeelden	Vallend onder lijst IA
Fenylethylaminen	Stoffen die wat betreft structuur en werking lijken op mescaline, (meth-)amfetamine en MDMA.	2C-I ¹ , 4-FMA, 4-FA ¹ , 6-APB, 25I-NBOMe ¹ , DOC ¹	Ja
Cathinonen	Stoffen die chemisch verwant zijn aan cathinon, één van de actieve stoffen in de plant qat.	4-MMC ¹ , 3-MMC ¹ , 2-MMC, 4-MEC ¹ , α-PVP ¹ , 3-CMC ¹ , eutylon ¹	Ja
Nieuwe benzodiazepinen	Stoffen die worden verkocht als 'legale' vervangers voor benzodiazepinen die alleen op voorschrift verkrijgbaar zijn, zoals diazepam, oxazepam en alprazolam.	etizolam ¹¹ , flualprazolam ¹¹ , bromazolam ¹¹	Nee
Synthetische cannabinoïden	Stoffen die een soortgelijke werking hebben als THC.	JWH-018 ¹ , 5F-APINACA ¹ , MDMB-4en-PINACA ¹	Ja
Synthetische opioïden	Stoffen met een sterk verdovende pijnstillende werking die recent op de illegale drugsmarkt zijn verschenen. Inmiddels worden er verschillende subcategorieën gehanteerd zoals de fentanyl-achtigen en meer recentelijk de benzimidazol-opioïden (nitazenen).	U-47700 ¹ , carfentaniil ¹ isotonitazeen ¹	Deels ¹¹¹

Stofgroep	Kenmerk	Voorbeelden	Vallend onder lijst IA
Indoolalkaloïden (tryptaminen)	Stoffen waarvan de structuur lijkt op serotonine en waarvan de chemische structuur een tryptamine-groep (2-(3-indolyl)ethylamine) bevat.	5-MeO-DMT, 4-HO-MET, 1P-LSD	Nee
Arylcyclohexylaminen	Stoffen die een chemische structuur hebben die bestaat uit een cyclohexylamine met een arylgroep.	methoxetamine ¹ , 2-fluorodeschloroketamine ¹	Nee
Overige: piperazinen, pyrrolidinen, planten en extracten, andere stoffen	Stoffen die vallen onder andere categorieën.	mCPP, kratom, fenibut	Nee

I. Lijst I van de Opiumwet. II. Lijst II van de Opiumwet. Situatie in februari 2026. III. Substanties afgeleid van 4-aminopiperidine, oftewel de fentanyl-achtigen vallen onder lijst IA. De benzimidazol-opioïden (nitazenen) vallen nog niet onder lijst IA, maar het kabinet is voornemens om deze aan lijst IA toe te voegen in 2026 [3]. Bron: Nationale Drug Monitor, 2025.

1.2 Toelichting stofgroepenverbod

Op 28 januari 2025 heeft de Eerste Kamer in Nederland ingestemd met een stofgroepenverbod voor NPS, waarbij een lijst IA is toegevoegd aan de Opiumwet [4,5]. Deze lijst bevat stofgroepen van NPS in plaats van afzonderlijke stoffen, waarvan de chemische structuur is afgeleid van tenminste twee middelen die al op lijst I van de Opiumwet staan. Enkele voorbeeld van NPS behorende tot verschillende stofgroepen die al op lijst I staan zijn 3-MMC, 4-FA, JWH-018 en carfentanil. In plaats van het afzonderlijk verbieden van een NPS, zoals voorheen gebruikelijk was, maakt deze aanpak het mogelijk om hele stofgroepen in één keer onder het nieuwe verbod te laten vallen. Het blijft echter ook mogelijk om individuele stoffen na een risicobeoordeling apart te verbieden.

Lijst IA omvat de onderstaande stofgroepen:

- Substanties afgeleid van 2-fenylethylamine (oftewel fenylethylaminen, inclusief cathinonen)^{2,3}
- Cannabimimetica/ Synthetische cannabinoïden
- Substanties afgeleid van 4-aminopiperidine (oftewel fentanyl-achtigen)⁴

De nieuwe wet beoogt een generiek verbod op deze stofgroepen om de volksgezondheid te beschermen, de productie en handel ervan door de illegale drugsindustrie tegen te gaan en het

2 Fenylethylaminen en cathinonen worden in het stofgroepenverbod als één groep beschouwd, aangezien het beide stoffen betreft die zijn afgeleid van 2-fenethylamine. Hieronder vallen ook stoffen met de basisstructuur van cathinon. In dit rapport worden fenylethylaminen en cathinonen in twee aparte groepen gesplitst en zodanig behandeld.

3 In dit rapport wordt naar afgeleiden van 2-fenylethylaminen gerefereerd als 'fenylethylamine' of als 'cathinon', in het geval dat de betreffende NPS een cathinon-groep bevat.

4 Niet alle synthetische opioïden vallen onder het stofgroepenverbod. Alleen stoffen die zijn afgeleid van 4-aminopiperidine (de zogenoemde fentanyl-achtigen) worden hierin meegenomen. Nitazenen vallen hier bijvoorbeeld buiten, omdat zij een benzimidazol basisstructuur hebben. Het kabinet is voornemens om deze stoffen aan lijst IA toe te voegen in 2026 [3].

inwilligen van rechtshulpverzoeken met betrekking tot NPS mogelijk te maken. De wet is in werking getreden op 1 juli 2025 [5].

1.3 Waarom dit onderzoek?

Dit onderzoek bouwt voort op signalen uit de Antenne Regiomonitor, een netwerk van verslavingszorgprofessionals dat regionale ontwikkelingen onder jongeren en jongvolwassenen monitort [1]. Binnen dit netwerk werd in 2023/2024 een toename gesignaleerd in het gebruik van 3-MMC, met name onder jongeren en jongvolwassenen die niet tot de typische groep van hoogopgeleide uitgaanders behoren. Deze ontwikkeling is niet nieuw: al in 2020 werden in met name Oost-Nederland signalen opgevangen van jongeren die zonder eerdere ervaring met andere drugs begonnen te experimenteren met 3-MMC.

Hoewel 3MMC sinds 2021 verboden is, bleven tot aan het stofgroepenverbod van 2025 diverse legale 'alternatieven' beschikbaar, en werd 3MMC in de praktijk vaak verkocht met daarin deze middelen (zie het kader hieronder). Binnen het huidige onderzoek is daarom specifiek ingezoomd op het gebruik van 3-MMC in landelijke gebieden, waarbij de focus vooral ligt op de meer heftige jonge gebruikers die moeite hebben met maat houden.

Van 3-MMC naar '3M' en 'miauw'

In 2021 werd 3-MMC, na een risicobeoordeling door het Coördinatiepunt Assessment en Monitoring nieuwe drugs (CAM), opgenomen op lijst II van de Opiumwet. Uit een apart onderzoek op basis van de gegevens van het Drugs Informatie en Monitoring Systeem (DIMS) blijkt dat de kwaliteit van 3-MMC die bij testservices wordt ingeleverd sinds het verbod in oktober 2021 sterk is verminderd. Er worden sindsdien vaker andere stoffen gevonden, vooral andere cathinonen, die als vervanging worden gebruikt [6]. In het huidige onderzoek is aan de geïnterviewde jonge gebruikers gevraagd naar hun ervaringen met de verkrijgbaarheid, prijs en kwaliteit van 3-MMC. Omdat de meeste jonge gebruikers in het huidige onderzoek hun drugs niet laten testen, worden termen '3M', 'poes' of 'miauw' vaak gebruikt als verzamelnaam voor middelen die een vergelijkbare werking hebben als 3-MMC.

Het doel van dit onderzoek is om meer inzicht te verkrijgen in hoe het gebruik van 3-MMC, dat als één van de weinige NPS een relatief groot gebruikerspubliek heeft getrokken, zich heeft ontwikkeld onder jongeren en jongvolwassenen met een praktische opleidingsachtergrond in landelijke gebieden in Nederland en hoe de lokale markt er ten tijde van het onderzoek uitzag. Hierbij is, net als in de Antenne Regiomonitor, gekozen voor een kwalitatieve benadering. Dit sluit aan bij het exploratieve karakter van het onderzoek, waarin de belevingswereld van de jonge gebruikers centraal staat.

In dit onderzoek staan de volgende onderzoeksvragen centraal:

- Hoe ziet het gebruik van 3-MMC onder jonge gebruikers in landelijke gebieden eruit? Wat zijn redenen om te beginnen met gebruik en hoe ontwikkelt zich dit?
- Hoe kijken professionals aan tegen de opkomst en verspreiding van 3-MMC in landelijke gebieden? Welke risico's zien zij voor problematisch gebruik, en welke aanpak vinden zij effectief om dit gebruik terug te dringen?
- Hoe kijken professionals aan tegen de opkomst en verspreiding van 3-MMC in landelijke gebieden? Welke risico's zien zij voor problematisch gebruik, en welke aanpak vinden zij effectief om dit gebruik terug te dringen?

2 Methode



2.1 Veldwerk en interviews met jonge gebruikers van 3-MMC in landelijke gebieden

Veldwerk

Voor het kwalitatieve veldonderzoek is gebruikgemaakt van het netwerk van verslavingszorgprofessionals van de Antenne Regiomonitor. Deze professionals hebben lokale kennis en inzicht in groepen risicojongeren die ervaring hebben met het gebruik van nieuwe psychoactieve stoffen (NPS), vooral 3-MMC.

Op basis van een telefonische inventarisatie onder preventiewerkers in zes provincies zijn vier landelijke gebieden geselecteerd waar de problematiek rondom 3-MMC het meest lijkt voor te komen⁵. Deze zijn:

- Achterhoek/Oost-Gelre (provincie Gelderland)
- De Kempen (provincie Noord-Brabant)
- Regio Hardenberg (provincie Overijssel, noordelijk deel)
- Noordoostpolder (provincie Flevoland, noordelijk deel)

In elke gebied is in de periode van een lang weekend door één onderzoeker etnografisch veldwerk uitgevoerd. Hierbij gedraagt de onderzoeker zich als 'friendly stranger' met als doel de lokale drugscultuur te begrijpen. De onderzoeker bezocht verschillende locaties die volgens lokale professionals mogelijke ontmoetingsplekken zijn voor jongeren en jongvolwassenen die betrokken zijn bij 3-MMC gebruik. Deze locaties waren bijvoorbeeld mbo-scholen, jeugdcentra, cafés, hangplekken, (tent)feesten en poppodia, maar ook coffeeshops, smartshops en privéadressen. Soms waren er vooraf afspraken gemaakt met jonge (ex-)gebruikers van 3-MMC. De gesprekken waren gebaseerd op het 'drug, set, setting'-model van Zinberg [7], oftewel, wat werd er gebruikt, waar, wanneer, met wie en waarom. In informele settings zoals feestcafés, evenementen en feesten is gekozen voor een meer spontane benadering, zonder vaste topiclijst. De onderzoeker had tientallen informele gesprekken met jonge gebruikers en professionals, waarbij observaties en gespreksimpressies direct na afloop zijn vastgelegd. Naast gesprekken met jonge gebruikers zijn er ook gesprekken gevoerd met lokale professionals, waaronder politieagenten, jongerenwerkers, preventiewerkers, horecapersoneel, winkeliers en bewoners. Veel van deze gesprekken vonden spontaan plaats op of dicht bij de bezochte locaties. Als het professionals waren die later ook deelnamen aan de focusgroep, wordt dit in de tekst expliciet vermeld.

Interviews

Op basis van de informele contacten uit het etnografisch veldwerk zijn ook twaalf verdiepende interviews afgenomen met jonge (ex-)gebruikers (6 mannen, 6 vrouwen). In zeven gevallen zijn

5 Regio's zoals Goeree-Overflakkee (Zuid-Holland) en de Zaanstreek (Noord-Holland) zijn afgevalen, omdat lokale professionals aangaven dat het contact met jongeren en jongvolwassenen die 3-MMC gebruiken beperkt is en het gebruik in deze gebieden lijkt te stabiliseren. Jongeren en jongvolwassenen zijn hier veelal gestopt of uit beeld geraakt.

de interview face-to-face uitgevoerd en in vijf gevallen via beeldbellen. De respondenten zijn tussen de 17 en 24 jaar, plus 1 respondent van 32 jaar (zie ook bijlage 1). De meeste jongeren en jongvolwassenen wonen in dorpen.

Toestemming en anonimiteit

Het veldonderzoek en de interviews vonden plaats in november en december 2024. Voorafgaand aan de interviews ontvingen deelnemers een informatiebrief en toestemmingsverklaring. Indien deelnemers ervoor kozen hun e-mailadres te verstrekken voor een vergoeding in de vorm van een digitale cadeaubon, kregen zij een privacyverklaring en toestemmingsverklaring te zien, waarmee zij expliciet konden instemmen.

De gebruikte privacy- en toestemmingsverklaringen zijn gebaseerd op het standaardmodel van het Trimbos-instituut en voldoen aan de eisen van de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG).

Alle onderzoeksprocedures zijn vooraf beoordeeld en goedgekeurd door de interne ethische toetsingscommissie van het Trimbos-instituut.

Alle in dit rapport genoemde namen zijn gefingeerd en herleidbare gegevens zijn weggelaten om de anonimiteit van betrokkenen te waarborgen.

2.2 Focusgroep met professionals

In de laatste fase van het onderzoek is in januari 2025 een online focusgroep georganiseerd met vijf preventie- en jongerenwerkers uit het veld. De deelnemers zijn geselecteerd op basis van eerdere interviews binnen de Antenne Regiomonitor en contacten uit het veldwerk.

Het doel van de focusgroep was om meer inzicht te krijgen in moeilijk bereikbare gebruikersgroepen en om veldwerkbevindingen te duiden. De sessie duurde twee uur en volgde een vooraf gedeelde topiclijst over 3-MMC gebruik met thema's zoals gebruikspatronen, risicogroepen en marktontwikkelingen. De sessie is met toestemming van de deelnemers opgenomen. De deelnemers kregen van tevoren een korte toelichting over het onderzoek toegestuurd.

2.3 WhatsApp-drugsmenu's

Voor de tweede onderzoeksvraag is ook een dataset samengesteld van WhatsApp-drugsmenu's waarin NPS, zoals 3-MMC, maar soms ook 2-MMC en 4-MMC, worden aangeboden. De nadruk ligt op prijsontwikkeling en regionale spreiding.

De WhatsApp-drugsmenu's zijn tussen augustus en december 2024 verzameld via een oproep (met een korte toelichting op het onderzoeksdoel) onder professionals in de netwerken van Unity en via het netwerk van de Antenne Regiomonitor. De menukaarten zijn anoniem. Alleen de gemeente van herkomst is vermeld; er zijn geen persoonsgegevens gedeeld.

In totaal werden er uit 10 provincies (met uitzondering van Drenthe en Zeeland) 84 WhatsApp menu's (soms sms-berichten met prijzen) toegestuurd naar de onderzoeker via email of gedeeld via WhatsApp. Ongeveer een derde van alle aangeleverde menu's komt uit Noord-Holland. De menu's circuleren in 22 steden en/of landelijke gebieden. Na een inventarisatie, waarbij vooral gekeken is naar NPS en in het bijzonder de groep cathinonen, waren er 70 originele menu's waarop ook ergens 3-MMC, 4-MMC, 2-MMC, of de fenylethylaminen 4-FA of 4-FMA stonden vermeld, inclusief prijzen⁶. Bij 14 inzendingen betrof het deels dezelfde menu's, werden er geen prijzen vermeld, ging het om persoonlijke sms-berichten aan de klant of was de prijs alleen op aanvraag verkrijgbaar. Bij één inzending ging het om een zogenaamde 'huki buki' (fantasie) advertentie met een oproep om *I love Amsterdam* terug te posten in ruil voor een gratis 2-MMC sample.

2.4 Hoe deze resultaten gelezen moeten worden

De resultaten die in dit rapport worden gepresenteerd zijn voornamelijk gebaseerd op beschrijvende en anekdotische gegevens, onder andere verzameld tijdens veldwerk en interviews in vier landelijke gebieden. De opgetekende verhalen en observaties zijn niet bedoeld om generaliseerbare uitspraken te doen over *alle* jongeren die 3-MMC gebruiken, maar bieden wel een verdiepend inzicht in hun belevingswereld. Door middel van deze kwalitatieve benadering wordt zichtbaar hoe en wanneer jongeren in aanraking komen met middelen als 3-MMC, welke motieven en patronen daarbij een rol spelen, hoe zij aankijken tegen de verkrijgbaarheid, prijs en kwaliteit, hoe zij het gebruik zelf ervaren en wanneer en hoe ze proberen te minderen of stoppen bij problematisch gebruik. De ervaringen zijn aangevuld met observaties van verschillende type professionals om ze enigszins in een bredere context te plaatsen. Deze perspectieven vormen een belangrijke aanvulling op bestaande kwantitatieve gegevens en dragen bij aan een beter begrip van de sociale en culturele dynamiek rondom NPS-gebruik in landelijke gebieden.

6 Het doel was om tenminste 50 drugsmenu's te verzamelen verspreid over Nederland.

3 Situatieschets van het gebruik van 3-MMC in landelijke gebieden



Kernpunten

- De jonge gebruikers in dit onderzoek zijn in de meeste gevallen geboren in landelijke gebieden en wonen nog thuis. Ze volgen een praktische opleiding of werken in praktische beroepen.
- De meeste jongeren en jongvolwassenen voelen een sterke verbondenheid met het gebied waar ze zijn opgegroeid en ervaren veelal een grote afstand tussen het leven in de dorpen en de (lokale) steden.
- In de landelijke gebieden waar de jongeren en jongvolwassenen opgroeien wordt vooral alcohol gedronken en heerst er over het algemeen een afkeurende houding tegenover drugs. Toch kennen de meeste ondervraagden wel iemand die 3-MMC gebruikt. Zelfs in de kleinste dorpen lijkt er sprake te zijn van gebruik van 3-MMC binnen bepaalde vriendengroepen.
- Volgens de ondervraagde jonge gebruikers is 3-MMC ook in hun omgeving gemakkelijk verkrijgbaar. Het middel wordt vooral aangeboden via vrienden of bezorgdiensten, die het middel ook wel onder de naam 'miauw' of 'poes' aanbieden via speciale drugsmenu's.
- De jonge gebruikers die al langer gebruiken hebben het in de gesprekken over 'oude' en 'nieuwe' 3-MMC en merken dat de kwaliteit is veranderd na het verbod op 3-MMC in 2021. Zolang het effect naar verwachting is, maakt dit de meeste niet uit. Ze laten hun drugs dan ook niet testen.

3.1 Liefde voor het platteland

De verhalen die zijn opgetekend laten zich in eerste instantie moeilijk rijmen met de boerenomgeving en goed onderhouden dorpen, die een zekere welvaart uitstralen. Ouderen, maar ook jongeren en jongvolwassenen die trots zijn op hun eigen platteland, ver weg van de Randstad en andere grote stadsproblemen. In alle vier de provincies kregen partijen zoals PVV, VVD en CDA een relatief groot deel van de stemmen bij de Tweede Kamerverkiezingen van 2025 [8]. Politieke partijen die over het algemeen drugsgebruik en alles wat daarmee samenhangt afkeuren en meer voor een *law & order* benadering pleiten.

Wat betreft de jongeren en jongvolwassenen in dit soort gebieden is er een duidelijk tweedeling te zien tussen zij die verder gaan studeren en naar de grotere studentensteden trekken én zij die (vaak in de provincie) mbo-onderwijs volgen en worden klaargestoomd voor praktische en dienstverlenende beroepen. Veel jongeren en jongvolwassenen die opgroeien op het platteland,

blijven daar het liefst wonen en werken. De gevestigde regionale industrie biedt voldoende werkgelegenheid voor jongvolwassenen met een praktische opleiding.⁷

Jongeren en jongvolwassenen uit het platteland blijven liever in de buurt van hun geliefde streek en zien een grote afstand tussen het leven in het dorp en hun stad. Dit komt ook naar voren in een aantal gesprekken in de onderzochte landelijke gebieden: In Emmeloord, een kleine stad in de Noordoostpolder omringd door aardappelvelden en boerderijen, werken veel jongvolwassenen bij technische en transportbedrijven. Toch maken zij onderscheid tussen het leven in Emmeloord (circa 27.000 inwoners) en in de omliggende dorpen. Jongeren en jongvolwassenen uit de stad ervaren een grote afstand tot het boeregebied zo'n 15 kilometer verderop, waar volgens hen 'jongeren in de dorpen meer zuipen'. Vergelijkbare patronen worden gezien in de Achterhoek en in regio's als Hardenberg en Kempen: ook daar benadrukken jongeren en jongvolwassenen het verschil tussen wonen in een stadje en in de dorpen eromheen.

3.2 Populariteit van 3-MMC in landelijke gebieden

Uit de veldnotities blijkt dat het merendeel van de jongeren en jongvolwassenen op het platteland helemaal niks geeft om drugs en zich er zelfs tegen af lijkt te zetten. Hier is het vooral alcohol dat de dorst naar een roes doet lessen. Veel alcohol. En bij sommigen zowel doordeweeks als in het weekend.

En toch kan het gebeuren dat 3-MMC zich in sommige delen van het land tot in de haarvaten van het platteland weet te nestelen. Dat blijkt uit de gesprekken met jonge gebruikers die daarvandaan komen. Het wakkert de nieuwsgierigheid aan. Hoe kan het gebeuren dat een aanzienlijk deel van de jeugd in landelijke gebieden zo bekend is met 3-MMC? En hoe zit zo'n lokale drugsmarkt in elkaar?

De volgende stukken, gebaseerd op de gesprekken en veldnotities van de onderzoeker in de onderzochte gebieden zijn illustratief voor de manier waarop 3-MMC aan populariteit heeft gewonnen in verschillende landelijke gebieden in Nederland. De settings variëren van een huisbezoek op de boerderij, een gesprek op een skateveld, een overnachting in een hotel, een bezoek aan een dancefeest en een tentfeest.

We zitten in de voorkamer van een boerderij in de Noordoostpolder. Aaltje (17) zegt dat ze het wel leuk vindt hier, maar ook een 'beetje dood' als je nog geen rijbewijs hebt. Jongeren en jongvolwassenen uit Emmeloord komen hier niet op de fiets, terwijl zij elke dag 15 kilometer door wind en weer (zonder elektrisch) naar andere dorpen fietst. "Word je sterk van", zegt ze met een glunderend gezicht. Met leeftijdsgenoten op school heeft Aaltje weinig contact. Ze heeft het niet zo op meisjes die letten op vieze nagels. Ze doet haar best. Maar leren uit een boekje is niet haar ding, zegt ze. Zodra ze haar 'papiertje' heeft wil ze de vrachtwagen op en droomt over haar trekker-rijbewijs. Monteur lijkt haar ook wel wat. Ze kan goed opschieten met mensen (ook Polen) die hard willen werken. "Die weten hoe het hier in elkaar zit en dat er geen chocolademelk

7 Dit beeld wordt ook gezien in Antenne Nederland, waar veel jongeren en jongvolwassenen praktische beroepen hebben.

uit een koe komt", zoals mensen in de stad denken. Een groot deel van haar vrije tijd brengt ze met andere jongeren en jongvolwassenen door in keten. "Ik ken ze alle vijftien maar ik kom niet meer overal, omdat iedereen daar smoor (dronken) wordt." In de keet worden nooit drugs gebruikt. Wel bier, Berenburg en shotjes voor de meiden. "We zijn te verstandig voor drugs en zijn opgevoed dat het niet hoort." En misschien nog wel belangrijker: drugs verpesten volgens haar de sfeer in de keet. Mensen die willen gebruiken komen er dan ook niet in. Waarom Aaltje dan toch gevallen is voor 3-MMC willen we weten. Ze haalt haar schouders op en kijkt haar moeder aan die met de koffie komt: "Omdat ik toch alles één keer wil proberen."

Het skateveldje in de Achterhoek ligt er op deze druilerige zaterdag verlaten bij, net als de met graffiti bespoten hangplek. Even verderop zitten 3 jongens op een bankje. Dit is de plek waar Silke (17) op haar 16e haar eerste lijn 'poes' kreeg aangeboden. Een plek waar 'probleemkinderen' als zij graag komen hangen wanneer ze afleiding zoeken of met hun ziel onder de arm lopen. Als ik het groepje nader, loopt een van hen weg. De andere twee blijven ontspannen. Ze delen een joint met elkaar. "Hoes't met oe?" Als ik uitleg wat ik kom doen, beginnen ze te gniffelen: "Dan zit je hier goed", zegt de meest spraakzame. "Maar nu is het rustig omdat het winter is." De jongens zijn opvallend openhartig en vinden het wel cool dat een Amsterdammer speciaal voor 'poes' naar 'dit gat' komt. "Voor de verkopers is het prijs schieten: 'poes' is overal. Het wordt thuis, in cafés en op afters gebruikt. Het gaat er met grammen doorheen." Eentje haalt een zakje tevoorschijn waarin wat glasachtige kristalletjes zitten. De voorraad voor vanavond wanneer ze hun vrienden uit een nabije dorpsgemeente gaan treffen. "Die jongen hier zojuist, is onderweg naar iemand die als appeltje voor de dorst (bier) wat 'poes' wil. Het is zaterdagmiddag! Tijd om in te kopen voor het weekend."

Ik ben neergestreken in een rustiek hotel een stief kwartiertje rijden van Doetinchem. Heilige grond voor de fans van rockgroep Normaal, die de Achterhoek in de jaren zeventig met het nummer 'oerend hard' in één klap op de kaart in Nederland zette. Aan het ontbijt bij de koffie vraagt een nieuwsgierige serveerster wat ik als Amsterdammer hier kom doen. Zodra ik over mijn '3M' missie begin, wil ze nog wel even wat kwijt over 'miauw', want dat middel kent ze wel. Haar 'niet zo snuggere neefje' uit een dorpje in de buurt, met nog geen 3000 inwoners, is 'daar voor de bijl gegaan'. Hij woont inmiddels in een begeleid woonproject in de stad. Maar de laatste berichten zijn niet hoopgevend. Naar het schijnt heeft hij zijn 'miauw' gebruik daar gewoon voortgezet. Dan gaat er opeens een lichtje branden bij de serveerster als ze doorkrijgt dat met '3M', 3-MMC en 'miauw' hetzelfde wordt bedoeld. Haar dochter die in de horeca in Doetinchem werkt, vertelde haar namelijk pas geleden dat het overblijvende personeel na sluitingstijd nog een paar uur doorzakt op 3-MMC. De serveerster is trots op haar dochter die na haar dienst de verleiding kan weerstaan en direct naar huis gaat.

Over het algemeen reageren jongeren en jongvolwassenen niet verbaasd als ze worden aangesproken met de vraag of ze bekend zijn met drugs, in het bijzonder 3-MMC. Sterker nog, op een groot dance evenement in Tilburg vragen nieuwsgierige bezoekers buiten bij de rookplaats wat de onderzoeker daar aan het doen is met zijn pen en notitieblokje. Het biedt een ideale opening om meteen over 3-MMC te beginnen met de vraag of ze er wel eens van gehoord hebben. De preventiewerker vertelde eerder al dat deze nacht, naast jongeren en jongvolwassenen uit de grote Brabantse steden, ook door jongeren en jongvolwassenen worden bezocht uit veel omliggende dorpen met soms een paar duizend inwoners. De meesten zijn jonger dan 25. Ze

zeggen dat 'miauw' populair is in hun dorp, maar zien ook vrienden die in de problemen zijn gekomen. "Jongens die donderdag al beginnen en ook op zaterdagmiddag in de voetbalkantine nakkies nemen." In de andere drie regio's horen we vergelijkbare verhalen van jonge gebruikers uit steden en dorpen die kampen met een '3M' probleem of net met deze drug zijn gestopt. En soms komt het gesprek over 3-MMC spontaan en onaangekondigd, op een moment dat de onderzoeker nog niet eens zijn eerste koffie op heeft.

We staan in een grote feesttent in De Kempen met zo'n 400 jongeren en jongvolwassenen. Hier komen vooral jongens en meiden die dicht bij huis willen feesten. Een coverband uit Friesland treedt op en een dj vervolgt met een potpourri van house en Nederlandse liedjes. Hier is het vooral bier dat de klok slaat. Een aanwezige medisch assistent zegt dat hij vooral alcoholintoxicaties behandelt, soms in combinatie met coke (cocaïne), dat vooral door een oudere groep (25+) wordt gebruikt. 3-MMC is hier net zo zeldzaam als jongeren en jongvolwassenen van kleur. Een enkele keer ziet hij een GHB-intoxicatie. De jongeren en jongvolwassenen komen uit de omringende omgeving, op de fiets. Een enkeling met de tractor. Als we jongeren en jongvolwassenen vragen of er ook stimulantia worden gebruikt, in het bijzonder 3-MMC, trekken sommige een gekke bek. "Zo zie je eruit als je die troep neemt," zegt een van hen. Van jongeren en jongvolwassenen die 3-MMC en MDMA nemen hebben ze sowieso niet zo'n hoge dunk. Middelengebruik staat ver af bij deze groep. Hier worden vooral sigaretten, een enkele vape of joint gerookt. Naarmate de avond vordert en richting middernacht kruipt is het een vrolijk kabaal. Een enkele volle gieter bier (38 munten x 3 euro) gaat rond en ook kannen en traytjes bier doen het goed. De sfeer is jolig en uitgelaten. Er wordt veel gepraat en weinig gedanst. Het valt op dat jongeren en jongvolwassenen veel minder met hun telefoonscherm in de weer zijn dan op het dancefeest de nacht ervoor.

3.3 Beschikbaarheid van 3-MMC in landelijke gebieden

Volgens veel gebruikers is een van de succesfactoren van 3-MMC de lage prijsdrempel. Mits ook de markt toegankelijk is en het middel beschikbaar blijft. Over dat laatste hoeven gebruikers zich niet druk te maken. Tijdens het veldwerk was niemand te horen die geen 3-MMC kon krijgen of kopen. Zo was het voor Fiona (23) een koud kunstje. Iedereen die ze kende gebruikte. "Als mijn dealernummer niet reageerde dan appte ik andere vrienden. In no time kreeg ik dan verschillende nummers doorspeeld". Voor Silke (17) geldt hetzelfde. Zij koopt 'poes' bij dealers op straat bij wie ze ook wiet haalt. De prijzen schommelen tussen de 10 en 20 euro per gram.

In de gebieden waar veldwerk naar 3-MMC is gedaan, bestaat de markt grotendeels uit bezorgers en -diensten die vooral 3-MMC, 'miauw' of 'poes' verkopen en deze via speciale drugsmenu's aanbieden. Zo werd in Flevoland⁸ een jongere gesproken die dicht bij het vuur zit en wat meer kan vertellen over de lokale 3-MMC markt.

8 Dat de opmars van 3-MMC gebruik bij de jeugd in de Noordoostpolder uiteindelijk niet onopgemerkt blijft, blijkt uit een bericht in de Stentor op 16 september 2024 met als kop Designerdrug 3-MMC steeds populairder in Emmeloord. Verschillende jongerenwerkers slaan alarm over de risico's van het gebruik bij de uitgaande jeugd. Tactus bevestigt de toename in de polder, maar zegt ook dat 'Poes', 'Miauw' of '3M' ook in andere delen van het land populair is onder de jeugd. De verschillende instellingen maken zich zorgen over de normalisering van harddrugs, vooral bij de hele jonge jeugd. De gemeenteraad Noordoostpolder laat weten (3 december 2024) dat ze met preventieve maatregelen komt tegen het gebruik van 3-MMC.

Steef (18) heeft een paar vrienden, actief in de handel in Flevoland. Hij kent een paar diensten. Eentje runt een groothandel waar kleinere dealers (tenminste 10) bij inkopen. “Net als in de stad kun je hier alles krijgen, inclusief tusi en blue 69”, zegt Steef, die zelf ook een blauwe maandag verkocht heeft en zijn drugs (pillen, coke en 3-MMC) op verschillende adressen inkocht. Met een klantenlijst van 25 personen kon hij zo zijn gebruik bekostigen. Toen hij in de problemen kwam met ‘3M’ kreeg hij gewetensnood omdat hij niet anderen aan wilde doen wat hem zelf was overkomen. De prijs van 3-MMC per gram ligt in Flevoland fors onder het landelijk gemiddelde.

In de Achterhoek zijn er signalen over verschillende ‘onder-de-toonbank’-adressen waar men ook 3-MMC kan kopen. Zo is er een shoarmashop waar je 10 keer knoflooksaus bestelt als dekmantel voor ‘miauw’. Een kapperszaak in een klein dorp is ook bekend bij de incrowd, net als een paar cafés. Er gaat ook een gerucht dat sommige dealers vuurwerkpijlen afsteken als ‘de winkel’ opengaat. Dit nieuws haalde zelfs een regionale krant.

3.4 Oude versus nieuwe 3-MMC

Veel jonge gebruikers die tijdens het veldwerk en de interviews zijn gesproken, hebben het over ‘oude’ en ‘nieuwe’ 3-MMC. Ze refereren hierbij naar een verschuiving die zij sinds het verbod eind 2021⁹ merken in de samenstelling en kwaliteit van het middel.

Zo zegt Arne (17) zeker te weten dat hij de oude 3-MMC nog in handen heeft gehad. “Kristal waar je doorheen kon kijken”. Hij heeft het nooit laten testen omdat hij niet wist waar het kon. “En het is zonde om het daarnaartoe te brengen want alles telt”. Nu hij gestopt is, zoekt hij het graag uit voor vrienden. Als hij proefsamples laat testen komt er stevast 3-CMC of 2-MMC uit de test.

Een andere ondervraagde, Leon (24), koopt bij verschillende dealers in de Achterhoek. Sommigen zijn van alle markten thuis; anderen verkopen vooral ‘poes’. Hij is zijn eigen proefpersoon. “Ik haalde het altijd bij dezelfde en vroeg nooit of het 3-MMC was. Ik appte hem dat ik ‘poes’ wilde en hij bracht het gewoon”. Leon heeft wel gemerkt dat de uitwerking tegenwoordig anders is. “In de oude 3-MMC, het sterke spul van vroeger (2020/2021) zit geen MDMA meer in. Het is nu andere ‘poes’.” Leon laat het alleen nooit testen omdat hij er bij aankoop ‘hebberig’ van wordt en meteen wil gebruiken.

Alleen Natasja (32) die nog van de oude stempel is weet zeker dat ze de échte 3-MMC heeft gehad vóór het verbod. Het gevoel is nu anders als ze 3-MMC koopt. Ze moet grijnzen. “Maar de jeugd van nu weet helemaal niet wat 3-MMC is. Die willen gewoon ‘poes!’” Natasja scrollt door haar telefoon en laat foto’s zien van stukken ‘glasbrokken’ die in de Achterhoek worden verkocht.

Tegelijkertijd weet bijna niemand precies wat hij of zij in handen krijgt wanneer een dealer ‘3M’, ‘miauw’ of ‘poes’ aanbiedt. Uit de gesprekken blijkt dat slechts een enkeling zijn of haar 3-MMC

9 Gegevens van de DIMS drugstestservice laten zien dat sinds het verbod op 3-MMC steeds vaker andere stoffen worden aangetroffen in samples die door gebruikers als 3-MMC worden aangeleverd. In de meeste gevallen gaat het om stoffen die destijds nog legaal waren en qua werking lijken op 3-MMC, zoals 2-MMC en 3-CMC [6].

heeft laten testen. Hoewel veel van de gesproken jonge gebruikers wel weten dat het middel verboden is, realiseren velen zich niet dat zij waarschijnlijk een ander middel gebruiken. De een ontgaat het volledig; de ander maakt het niet uit.

Zo ook Gijs (20): “Ik heb geen flauw idee wat erin zit. Ik denk dat ik nooit iets anders heb gekregen dan ‘miauw-miauw’, dat bij ons 3-MMC is. We betalen altijd 20 per gram en 50 voor 3 gram. Iedereen in de buurt heeft dezelfde dealer. Je hoeft maar te appen en ze zijn er zo. De dienst zit in Den Bosch, maar er rijden veel bezorgers voor hem. Ze blijven leveren, ook als ze weten dat ik er beter vanaf kan blijven. Ze doen het voor het geld. Ik heb het nummer pas verwijderd”.

Fiona (24) merkte soms wel verschillen in kwaliteit, maar dat deerde niet. “Ik gebruikte zoveel dat het mij niet boeide wat 3-MMC precies voor middel was”.

Ook spreken we een Unity peer die met 6 kompanen op een feest staan. Er liggen snoepjes op tafel, drugsfolders en vragenlijsten over specifieke middelen, waaronder ook 3-MMC. Op de lijst staat een trits uitspraken die je kunt aankruisen als feit of fabel. Vraag 1 is een echte instinker, zegt de Unity peer die de vragen met ons doorloopt. “Vooral de jongste doelgroep weet niet dat ‘miauw-miauw’ 4-MMC is.” Toch valt het nog te bezien of je dit kunt weten als jongere. Unity peers kennen de voorgeschiedenis en associëren ‘miauw’ met 4-MMC. Maar in de wereld van drugsmenu’s wordt hier niet zo zwaar getild. Een jonge knul deelt die avond een Super Mario Menu met ons waarop ook 3-MMC gewoon ‘miauw’ wordt genoemd. En dat is niet alleen in Brabant het geval, want door het hele land goochelen bezorgdiensten met namen en moleculen. En wie maakt ze wat? Want bijna niemand laat zijn zakje poeder of kristallen testen. Sommigen weten niet eens dat er servicepunten bestaan waar je je drugs kunt laten testen.

En de bezorgdiensten zelf? Die lijken zich voorlopig van de domme te houden onder het motto: wat niet weet, wat niet deert. Sommige ondervraagden tijdens het veldonderzoek weten aan het geven dat het 2-MMC is uit Azië, maar er zijn ook andere die geen idee hebben of het daadwerkelijk 3-MMC is.

Verwachtingen beschikbaarheid 3-MMC in de toekomst

Wat opvalt in de gesprekken over de markt met jonge gebruikers, is dat bijna niemand zich lijkt te bekommeren over de effecten van de in 2024 nog aanstaande generieke wetgeving. Veel jonge gebruikers hebben nooit schaarste van welk middel dan ook gekend. Zelfs in tijden van beperking tijdens de coronaperiode was alles nog te krijgen en begon 3-MMC faam te maken.

“Je hebt 3M ‘poes’ of 4M ‘poes’. Het zal niet van de markt gaan. Ecstasy gebruikt ook iedereen. Als het niet meer te krijgen is gaan ze andere middelen zoeken. Verslaafden moeten altijd wat hebben. Als de ene dealer niet kan, bel je een andere. Anders wordt het weer pep of dit of dat”. Steef (18).

Ook veel jonge gebruikers die wij op een feest spreken maken zich geen zorgen over de mogelijke komst van een generieke wetgeving. “3-MMC is nu toch ook verboden”, zegt een jongen uit Veghel, die ziet dat 3-MMC de pillenmarkt in zijn omgeving eruit aan het drukken is. Hij kijkt dan ook vreemd op als we proberen uit te leggen dat er nog maar weinig zuivere 3-MMC wordt verkocht en dat dit in niet alleen voor Brabant geldt, maar in heel Nederland het geval is.

Maar bij doorvragen (‘stel dat ‘3M’ werkelijk niet meer te krijgen is...’) laten sommigen weten, hoewel speculatief, dat de markt van vraag en aanbod dan mogelijk gaat veranderen.

4 Opkomst van 3-MMC: drie generaties



Kernpunten

De gevoerde gesprekken suggereren dat er in de onderzochte gebieden drie 'generaties' gebruikers zijn te onderscheiden, die elk in een andere fase gekoppeld aan de coronapandemie zijn begonnen met het gebruik van 3-MMC:

1. Précorona: een oudere gebruikersgroep die al vóór de pandemie verschillende middelen gebruikte, zoals ecstasy en cocaïne, en in sommige gevallen ook 3-MMC, dat toen in landelijke gebieden al verkrijgbaar was.
2. Corona: jongeren en jongvolwassenen die tijdens de coronaperiode voor het eerst in aanraking kwamen met middelengebruik, waaronder 3-MMC. In een tijd van verveling, frustratie en isolement bracht het middel 'leven in de brouwerij'.
3. Post-corona: jongeren en jongvolwassenen die pas na de pandemie zijn gaan experimenteren met middelengebruik en 3-MMC in het bijzonder. Ze zijn vaak jong en hebben weinig ervaring met andere middelen.

De meeste respondenten en andere jongeren die spontaan zijn gesproken tijdens het veldwerk, hebben vanwege hun jonge leeftijd weinig kijk op de 3-MMC-periode voorafgaand aan corona. Degene die ouder zijn (mid-twintig tot begin dertig) geven aan dat ze vaak al langere tijd ervaring hebben met verschillende middelen (o.a. ecstasy, cocaïne, amfetamine). Ze zijn al vóór de coronaperiode begonnen met 3-MMC (of soms de 'voorloper' 4-MMC).

4.1 De précorona periode

Aan de hand van de verhalen kan worden opgetekend dat de opmars van 3-MMC in landelijke gebieden al begint in de précorona periode bij oudere meer ervaren gebruikersgroepen, die naast alcohol en cannabis ook bekend zijn met klassieke partydrugs. '3M', de échte 3-MMC volgens insiders uit die tijd, wordt gaandeweg populairder in feestsettings in landelijke gebieden. De volgende twee geïnterviewden illustreren dit allebei op hun eigen manier.

Natasja (32) is een van de weinigen die ons wel iets kan zeggen over de periode voorafgaand aan het verbod op 3-MMC. Al een paar jaar vóór corona beleefde 'poes', zoals het hier in de streek wordt genoemd, een stille opmars. Natasja (32) maakte destijds deel uit van een vriendengroep die inmiddels de 30 gepasseerd is en veel ouder is dan de doorsnee 3-MMC gebruiker in de Achterhoek. Haar voormalige vriend in 2016 daar met de verkoop van echte 3-MMC begon. Hij was toen een van de eersten die ermee begon en ontpopte zich als de 'Pablo van het dorp'. Natasja moet een beetje lachen als ze eraan terugdenkt. "Het begon als een grote grap. Maar het liep zo goed dat we op een gegeven moment met een hele groep zakjes zaten te vullen met 3-MMC, zoals het toen heette." Toen de coronaperiode aanbrak en ook een veel jongere

groep eraan verslingerd raakte, stonden alle seinen op rood. Toen Natasja haar baan kwijtraakte tijdens corona, besloot ze 3-MMC te verkopen in haar vriendenkring. Connecties had ze al. Ze ging het ook zelf gebruiken en ging er volop mee door. “Er werd extreem veel gebruikt bij mensen thuis. Het was chaos. Alles zat dicht, hangplekken bleven verlaten, niemand mocht daar staan. Alles was gesloten, ons geliefde hardrockcafé, kroegen en keten.” Volgens Natasja is dit de voedingsbodem geweest voor de snelle verspreiding van 3-MMC. Zeker toen ze zag dat er ook veel minderjarigen aan de ‘poes’ zaten. “De groep aan wie ik het verkocht bestond uit vrienden. Voor ‘poes’ hoef je geen pep- of coke-junk te zijn. Poesjunkies waren er nog niet, omdat het middel geen geschiedenis had. Tijdens corona kwam er een hele nieuwe groep bij die geen ervaring met middelen had. Het was laagdrempelig en een dingetje dat iedereen kon nemen.” De vriendengroep van Natasja is uiteindelijk weer teruggevallen op speed en cocaïne, dat tegenwoordig vooral thuis wordt gebruikt. Bij Natasja is ‘3M’ nog steeds in beeld, maar minder heftig dan enkele jaren geleden, toen ze makkelijk elk weekend 5 gram er doorheen joeg.

Leon (24) zat destijds in een blowgroepje en liet zich de kop niet gek maken over een nieuwe hype die in de wandelgangen ‘poes’ heette en stormenderhand de Achterhoek op stelten wist te zetten. De eerste keer toen hij ‘poes’ combineerde met ecstasy, vond hij het effect van ‘3M’ niet bijster interessant. Haast met ‘poes’ had hij niet. Maar in 2021 veranderde dat toen hij begon te experimenteren en van de ‘stoners naar de uppers’ ging toen hij terecht kwam in een hardcoregroep in Doetinchem. Het was ‘poes’ wat de klok sloeg bij jonge gebruikers uit alle omstreken. In de beginperiode naam Leon eens in de 3 weken. Daarna snel meer, van elke week tot bijna elke dag, totdat zijn ouders er lucht van kregen en hem betrapten op zijn gebruik.

4.2 De coronaperiode

De tweede ‘generatie’ is tijdens de coronaperiode (2020-2022) voor het eerst in aanraking gekomen met middelen, waaronder ook 3-MMC, en is getuige geweest van een opkomende gebruikersscene. Uit de opgetekende verhalen van de groep geïnterviewden valt op dat de coronaperiode mogelijk een *game changer* is geweest wat betreft het eerste gebruik van 3-MMC; een soort hogedrukpan waarin verveling, frustratie en isolement zijn emotionele ontlading vindt in gamen, TikTok (kwam op tijdens corona) en middelengebruik van downers (alcohol, cannabis). De nieuwe jonge aanwas van gebruikers ontdekt 3-MMC in de lockdown periode als iedereen zijn tijd uit moet zitten en 3-MMC wat leven in de brouwerij brengt. Deze lichtung is echter een stuk jonger en lang niet zo ervaren met middelengebruik als de oudere groep gebruikers waar zij aansluiting bij zoeken, die al flink wat feestkilometers gemaakt heeft. De geïnterviewden die gestart zijn in deze periode illustreren dit ook.

Fiona (23) verhuisde midden in coronatijd van Vianen naar Zwolle en kwam terecht in een ‘3M’ scene. “Ik herinner mij nog de vele huisfeestjes die eigenlijk gewoon drugsfeestjes waren.” Een groot deel van de thuisfeesten werd georkestreerd door apps. Iedereen was welkom en Fiona kwam nog eens ergens: studentenhuizen, mensen met een appartement, garages.... “Soms waren we maar met zijn drieën, maar het konden er ook 20 zijn!” Ze kwam in een “waas van vertier en gek doen op drugs met zijn allen. Alsof je met de hele groep in een hogedrukpan zit.” Achteraf gezien zijn die 3 jaar voorbijgevlogen. In die periode van doorlopend studentenfeestjes, caféfeestjes en drugsfeestjes in het weekend is het ‘3M’ gebruik fors gegroeid. “Of ik nou naar

de kroeg ging of bij anderen over de vloer kwam, er was alleen nog maar '3M'. Het was zo genormaliseerd dat het op elk adres waar ik kwam gebruikt werd." Fiona denkt dat '3M' zonder corona nooit zo groot was geweest. "Wij hebben onze verloren tijd voornamelijk met '3M' opgevuld. Er was niks anders te doen. We vonden het supergezellig om met zij allen drugs te snuiven."

Fred (17) kwam al op zijn 14e in aanraking met 3-MMC net voor de laatste lockdown. "Er was opeens overal 3-MMC in mijn omgeving. Waarschijnlijk omdat 4-MMC niet meer te krijgen was. Voor een tientje per gram was 3-MMC net zo goedkoop." Fred kwam in aanraking met een hardcore scene. Hij weet nog goed hoe 3-MMC hem uit zijn eenzaamheid tilde als einzelgänger tijdens corona.

Voor Steef (18) was 3-MMC zijn eerste middel, na blowen en sigaretten dan. "Ik was 15 toen ik hoorde over 3-MMC, dat het zo goedkoop was. Iemand op de middelbare school had 2 gram waar hij vanaf wilde. Toen heb ik samen met mijn neef elk een gram gekocht. Ons eerste gebruik was in de klas. Omdat ik experimenteerde met kleine beetjes voelde ik niet zoveel in het begin. Ik was onzeker over de dosis. Ik heb het wel opgezocht op internet. Maar zonder weegschaaltje weet je nog niet hoeveel 200 mg poeder precies is. Het kwam hier rond coronatijd op en bouwde zich snel op. Het zou voelen als cocaïne en MDMA gemixt. Veel 14-jarigen hadden niks te doen en gingen experimenteren toen TikTok doorbrak. Die zagen die 3-MMC filmpjes met jongeren en werden nieuwsgierig. Niet het middel, maar het gevoel van '3M' is verslavend. Die high pakt je en wil je continu houden. Nadeel was dat mijn hart overuren maakte. Zodra ik weer gebruikte ging dat vreemd genoeg weer weg. Ik durfde er niet mee naar de huisarts, want het was een geheim ding in ons groepje van 4-5 dagelijkse gebruikers. Door corona bouwden we zelf maar een feestje met een vette speaker erbij."

Een jongen (26 jaar) die is gesproken tijdens het veldonderzoek op een feest wijst naar de lockdownperiode als schuldige. "Ik zat met mijn vrienden dagenlang uit verveling in de woonkamer van het studentenhuus. '3M' begroette ons als een warme vriend die een beetje plezier in de brouwerij bracht." Anderen op het feest vertellen verhalen over thuisfeesten en de opkomst van illegale raves. De jonge instroom ontdekte dat '3M' een perfect thuismiddel was, beter nog dan ecstasy dat meer de reputatie had van een festivalmiddel en veel langer duurde qua werking.

4.3 De post-coronaperiode

De postcorona groep hoorde soms al over 3-MMC in de omgeving, maar ging pas experimenteren toen het leven weer haar normale beloop begon te krijgen. In de postcorona periode voelt een nieuwe lichtung jongeren en jongvolwassenen met feestaspiraties dat ze nog wat in te halen hebben. Halverwege 2022 mogen alle trossen los. 3-MMC heeft dan al een zekere reputatie opgebouwd, die tot diep in het boerenland is doorgedrongen. Tegelijkertijd zijn er dan ook al signalen dat de 'eerste generatie' al te maken heeft met problematisch gebruik en daarvoor hulp begint te zoeken. In groepen waar jongeren en jongvolwassenen vooral op zoek zijn naar een sterke kick, is het advies van oudere of meer ervaren gebruikers niet altijd helpend voor beginners die er nog weinig ervaring hebben.

Deze laatste groep ondervraagde jonge gebruikers bevond zich op de grens van minderjarig en volwassen toen ze voor het eerst in aanraking kwam met 3-MMC, in een periode dat alle restricties werden opgeheven en het leven weer zijn normale beloop begon te krijgen. Gezien hun prille leeftijd hebben de meesten weinig ervaring met illegale middelen, met uitzondering van cannabis bij sommigen. Een enkele ondervraagde heeft zich op het pad begeven van ecstasy (pillen) of MDMA (poeder/kristallen) en soms ketamine of Xanax. Maar het blijft voornamelijk bij experimenteren. Met amfetamine, cocaïne of psychedelica heeft niemand van deze ondervraagden ervaring. Ook niet met GHB. 3-MMC kwam op hun pad toen ze in aanraking kwamen met andere (vaak oudere) groepen die het middel al namen en dit kwistig wilden delen met iedereen in hun omgeving. De verhalen van een aantal van de jongste geïnterviewden (17-20 jaar) laten zien hoe zij post-corona in aanraking zijn gekomen met 3-MMC:

De Brabantse vrienden van Gijs (20) z'n broer kwamen elk weekend op de proppen met '3M'. Verloren tijd moest worden ingehaald door dubbel te gaan feesten. "Er waren ook andere middelen. Wie niet snuiven wil neemt pillen. Maar op een gegeven moment zag je alleen nog maar 'miauw', de ecstasy van onze generatie."

Luca (18) was net 16 toen hij aanhaakte bij een groep oudere vrienden die al 'miauw' gebruikten in het weekend. Hij raakte verzeild op een after van een hardstyle feest in België. Hun uitbundigheid maakte hem nieuwsgierig: "Ik dacht fuck it! Ik wil het ook proberen", en zo geschiedde dat hij toen 3-MMC ontdekte, zijn eerste serieuze middel na cannabis. Luca was meteen om, want hij werd er volgens eigen zeggen zo vrolijk van, dat hij de nare dingen uit de coronaperiode voor even kon vergeten.

Silke (17), de jongste van haar groep, blowde vanaf haar 14e maar werd nieuwsgierig toen ze zag wat 'poes' met anderen deed. "Na een flinke ruzie met mijn moeder voelde ik mij zo kut en blowen hielp ook niet meer. Toen ben ik op iemand afgestapt voor een lijntje. Ik wilde mij goed voelen."

Mira (20) en haar toenmalige vriend kregen in Deventer via een kennis een 3-MMC-envelopje in de brievenbus. Hun eerste ervaring beviel goed. "Het voelde energiek, met overal tintelingen over mijn lichaam. Het was echt voor herhaling vatbaar."

Zofia's (17) schoolvriendin wist de hand te leggen op een zakje 3-MMC-poeder. Ze weet nog haarscherp dat ze op 1 maart (2023) haar eerste lijntje nam. En ook dat ze direct de dag erop zelf 3-MMC ging halen in Emmeloord en ook haar vriendje aanstak met haar enthousiasme.

5 Context, motieven en patronen van gebruik



Kernpunten

- De meeste van de ondervraagde jonge gebruikers zijn, ongeacht wanneer ze zijn gestart, voor het eerst in aanraking gekomen met 3-MMC via vrienden, getriggerd door nieuwsgierigheid.
- De geïnterviewde jonge gebruikers noemen als reden om te kiezen voor 3-MMC het subtiele maar ook unieke effect ten opzichte van andere middelen. Naarmate er langer gebruikt wordt, kan ook 'coping' een rol gaan spelen.
- 3-MMC wordt door veruit de meeste jonge gebruikers uit dit onderzoek gesnoven. Zowel tijdens het uitgaan, maar ook op andere gelegenheden.
- De intensieve gebruikers uit dit onderzoek zien 3-MMC als het primaire middel, maar gebruik gaat soms ook gepaard met andere middelen, zoals cannabis, MDMA en alcohol. Xanax of ketamine worden genoemd om te gebruiken als demper.

5.1 Eerste aanraking via vrienden en nieuwsgierigheid

De meeste ondervraagde jonge gebruikers beschrijven, ongeacht wanneer ze zijn begonnen met het gebruik van 3-MMC, dat ze vooral via vrienden voor de eerste keer in aanraking komen met het middel en nieuwsgierig zijn naar de effecten.

Bij Arne (17) verliep zijn eerste keer anders dan gehoopt. Achter in de tuin van zijn ouderlijk huis kwamen wel eens vrienden hangen in het schuurtje, een plekkie met een tafeltje en een bank om te kunnen hangen. Op die bewuste zomermiddag, toen zijn ouders een paar dagen wegwaren, hadden een paar oudere vrienden wat '3M' meegenomen. Nieuwsgierig als hij was, wilde hij het ook proberen toen hij zag dat de anderen er goed op gingen. Er werd een eerste lijn voor hem gelegd. Een forse, zo bleek achteraf. Arne tekent uit hoe groot die lijn was. Met de kennis van nu denkt hij dat het een zeker een halve gram moet zijn geweest. Maar hij vertrouwde toen op zijn vrienden. Zij waren per slot van rekening de ervaren snuivers. "Ik nam die lijn en ging helemaal bad. Toen ie in begon te kicken kreeg ik het heel warm. Ben naar binnen gegaan om water te drinken. Ik weet nog dat ik een vriend vroeg om mee te gaan. Ik kreeg een suis in mijn oren en het werd vaag voor mijn ogen. Ik viel, ben naar de wc gekropen om alles eruit te kotsen. Toen ik weer bijkwam dacht ik met mijn stomme bek dat ik weer een nieuwe lijn wilde, maar dan wel kleiner." Die nacht is de hele vriendenploeg tot het gaatje gegaan. Slapen was zinloos. "We wilden allemaal in die '3M' high blijven."

Bij Aaltje (17) kwam haar te oren dat een paar kennissen uit een ander dorp een nieuw middel hadden ontdekt: 3-MMC. Haar echte keetvrienden laten zich de kop niet gek maken en blijven daar uit de buurt van. Sowieso hebben ze niks met elektronische muziek. Zo niet Aaltje, die alle keten in de verre omtrek kent en zich voor de verandering een keer mee laat sleuren naar

een hardcorefeest in Almere. “Ik had daarvoor nog gewerkt en was bekaf. Ze zeiden dat ik van 3-MMC zou opknappen. Ik ben niet verslavingsgevoelig, dus deed ik mee.” Het is een ervaring die ze niet had willen missen en leerde dat ‘inkakken bijnakken’ betekent. Urenlang door tot diep in de nacht en later. De dagen erna waren een ander verhaal. Aaltje heeft zich zelden zo waardeloos gevoeld.

Een derde verhaal is op basis van een gesprek tijdens het veldwerk met een vrouw (20 jaar) uit de Achterhoek. Ze vertelt dat 3-MMC haar een paar jaar geleden op een vrijdagavond bij iemand thuis voor het eerst werd aangeboden. Aangezien ze ervaring had met blowen, ecstasy en speed wilde ze dat nieuwe middel, waar iedereen in haar omgeving wild van was, wel eens proberen. Na vier keer kan ze zeggen dat ze het geprobeerd heeft, maar dat ‘miauw’ weinig indruk maakte. Behalve dan de hartkloppingen die ze de volgende dag voelde. De sfeer en omgeving waarin het middel wordt gebruikt vindt ze eveneens niet prettig; onstabiele jonge gebruikers die in huiskamers als tijdsopvulling grammen ‘3M’ nemen, net zo lang totdat ze uitgeblust zijn.

5.2 Gebruiksmotieven

Een motief om 3-MMC te gebruiken was zeker in het begin niet bij iedereen duidelijk. Maar naarmate gebruikers het middel beter leren kennen, kunnen ze beter aangeven wat er speciaal aan 3-MMC is. Vooral het unieke effect van de ‘high’ of ‘space’ die 3-MMC geeft wordt geroemd: mild euforisch en energiek. 3-MMC is cocaïne en ecstasy in één. “*Je krijgt méér voor hetzelfde geld!*” Veel van de geïnterviewde jonge gebruikers zien 3-MMC als de gulden middenweg tussen cocaïne en ecstasy. Met legio ‘voordelen’, want veel goedkoper dan cocaïne, of langwerkend zoals amfetamine én minder van de wereld dan met ecstasy. Hoe dit voor individuele personen eruitziet valt hieronder te lezen.

Fiona (23) krijgt rust in haar hoofd en voelt zich meer ontspannen. “Met ‘3M’ blijf je er meer bij en kom je niet in een space, zoals met ecstasy.” Gijs (20) voegt daaraan toe dat ‘3M’ sneller werkt dan MDMA, makkelijk te gebruiken is én minder opvalt. “Van ‘3M’ ga je minder strak staan. Er zijn ook gebruikers die meer zeggen te voelen van ‘3M’ dan met ecstasy of zoals Leon (24) het verwoordt: “Pillen deden niks meer met mij. Alleen de eerste 2 uur en niet meer de volledige 6-8 uur. Ik ben gestopt omdat ik hard wilde blijven gaan.”

Sommigen vinden 3-MMC ook fijner dan alcohol omdat ze zogenaamd ‘nuchter’ blijven. Weer anderen benadrukken de positieve effecten van het middel ten opzichte van andere middelen.

Fred (17) wordt van ‘3M’ ‘minder vaag’ dan met MDMA en hij kan er ook beter op slapen. ‘3M’ leent zich vanwege het mild euforische effect daarom ook goed voor gebruik door de week. “Als een hobby thuis na het werk”. Mira (20) wordt er meer ‘happy’ van dan alcohol waar ze sloom van wordt. Andere respondenten zeggen dat ze energie krijgen van ‘3M’ en ook meer controle zeggen te behouden dan met ecstasy. Daarnaast vangen we tijdens ons veldwerk ook verhalen op van jongeren en jongvolwassenen met ADHD/ADD die meer focus zeggen te krijgen met ‘3M’.

Maar gaandeweg het gebruik komen er ook andere motieven bij die eerder geen rol speelden. Bijvoorbeeld 3-MMC gaan gebruiken wanneer je niet lekker in je vel zit of het middel aanwenden

als een tijdelijke onderdrukker van stress of boosheid ('coping'). Dit illustreren sommige geïnterviewden ook en blijkt ook uit één van onze veldnotities.

Bij Luca (18) maakte de nieuwsgierigheid en het vrolijke gevoel plaats voor gebruik van het middel tegen de verveling. Na elke sessie voelt hij zich 'waardeloos' omdat hij geen weerstand kan bieden. Omdat hij ook niet meer goed slaapt, maakt het allen maar erger.

En voor Natasja (32) is het klip en klaar dat '3M' steeds meer een wondermiddel werd tegen haar depressie waar ze tijdens de coronatijd in belandde. "Je hoeft niet meer te denken. Het is 'lekker-gaan-op-aanstaan' Ik heb dat nog steeds. Als ik niet gebruik voel ik mij lui en heb ik nergens zin in."

Bij het winkelcentrum in een buitenwijk in Zwolle, op 5 minuten lopen van de MBO zitten 4 slungelige jongens elk op een croissant te kauwen met blikjes fris en Red bull erbij. Na een korte kennismaking, begin ik meteen over '3M'. Kennen ze die nieuwe snoep? De jongens beginnen te gniffelen en kijken naar degene het meest rechts. Hij wil er niet veel over kwijt, maar is blij dat hij er 'niet meer zo aan van is' sinds een half jaar. Soms schiet hij terug in gebruik als er dingen tegenzitten en stress hem dreigt te verlammen. Met '3M' krijgt hij weer greep op zijn stress, met als risico dat hij doorschiet in zijn gebruik en niet meer van ophouden weet. De drie andere jongens knikken; alsof ze er wel eens bij zijn geweest.

Het komt ook voor dat het gebruik van 3-MMC niet iedereen bevalt. Sommigen vinden het middel te jachtig en opgefokt blijkt ook uit de volgende gesprekken met jonge gebruikers.

"Alsof je wat moet, die onrust, terwijl je wilt ontspannen", zegt een jonge vrouw in een coffeeshop in Overijssel. Mira (20) heeft drie keer '3M' gebruikt op thuisfeestjes en in een café. En ook maar een paar lijntjes per keer, omdat ze het onprettig vindt om een middel te snuiven. De scherpe pijn in haar neus (van het snuiven) maakt het er niet leuker op.

Het gebruik bij Aaltje (17) is eveneens beperkt gebleven tot een paar uitschieters. Mogelijk ook omdat het de laatste keer op Lowlands flink misging en ze op de spoedeisende hulp belandde. Achteraf denkt ze dat ze 'op hol sloeg' door veel meer '3M' te nemen dan de anderen. "Het sloeg verkeerd. Ik nam meer omdat ik wilde blijven voelen. We schepten het poeder met bankpasjes uit de zak en snoven dat zo op. Ik raakte helemaal weg en kan mij ook niks meer herinneren." Aaltje zegt er klaar mee te zijn en wil 'die troep' nooit meer aanraken. Hoewel '3M' nooit populair geweest is in haar omgeving, vindt ze het best gevaarlijk spul omdat je er al snel te veel van neemt. "Als je het op hebt zit je opeens in een andere wereld en heb je niet eens meer door hoeveel je pakt."

5.3 Gebruikswijze

Op een enkeling na snuiven de meesten 3-MMC. Bij een pijnlijke, dichte neus wordt het soms geslikt of 'gedropt'. Een aantal geïnterviewden geven hier voorbeelden van.

Luca (18) vindt dat 'branden in de neus' wel een lekker gevoel. "Geeft echt een kick" . Leon (24) neemt pas een 'bommetje' (poeder gewikkeld in een vloeitje) als zijn neus 'geblokkeerd' is door

het snuiven. Alleen Fred (17) slikt liever '3M' omdat hij daar meer profijt van denkt te hebben qua werking en intensiteit. Bovendien vindt hij snuiven vaak pijnlijk voor de neus. Hij ziet genoeg 'debielen' in zijn omgeving die de kristalletjes maar half crushen met een aansteker.

5.4 Combinatiegebruik

Voor intensieve gebruikers die zijn gesproken is 3-MMC het primaire middel dat de hele week kan worden gebruikt. Omdat 3-MMC niet per se als festivalmiddel gezien wordt, nemen sommigen dan MDMA. Xanax of ketamine worden genoemd om te gebruiken als downer. Er wordt ook gecombineerd met een jointje of met alcohol. Hoe dit voor individuele personen eruitziet valt hieronder te lezen.

Fred (17) combineert '3M' alleen met cannabis, waar hij 3-4 gram per keer van gebruikt, maar 'dat telt niet' omdat hij wiet geen drug vindt. Bij Arne (17) ligt dat anders. Zijn eerste middel was 3M', dat snel werd opgevolgd door speed, ketamine, cocaïne, LSD en MDMA. Allemaal middelen die op de menulijst van de lokale dealer staan.

6 Stoppen of doorgaan – problematisch gebruik



Kernpunten

- Bij een deel van de ondervraagde 3-MMC-gebruikers is experimenteel of incidenteel gebruik overgegaan in problematisch gebruik, al geldt dit niet voor iedereen.
- Bij de jonge gebruikers in dit onderzoek die chronisch 3-MMC gebruiken raken de aanvankelijk positieve effecten in toenemende mate overschaduwde door de lichamelijke en geestelijke bijwerkingen en sociale problemen die zij ervaren. Sommigen herkennen hun excessieve gebruik pas als probleem wanneer hun omgeving het begint op te merken.
- Wat opvalt bij sommigen jonge gebruikers is de heftigheid van het gebruik. De ondervraagde jonge gebruikers gebruiken in een betrekkelijk korte periode veel en vaak 3-MMC. De doseringen gaan daarbij snel omhoog, van een paar lijntjes naar grammen per dag.
- Veel van de jonge gebruikers uit dit onderzoek die problematisch 3-MMC gebruiken zoeken hulp om te minderen of stoppen. Hoewel dit voor sommigen lukt, is dit niet voor iedereen even makkelijk. Soms is er sprake van perioden met terugval of wordt er overgestapt op andere middelen.

6.1 Van incidenteel tot chronisch gebruik

Op basis van het veldonderzoek en de aanvullende gesprekken met professionals lijkt het erop dat jonge gebruikers in landelijke gebieden die na hun experimenteerfase doorgaan met 3-MMC verschillende patronen van gebruik lijken te ontwikkelen. Er zijn gebruikers die 3-MMC alleen op feesten nemen (recreatief), maar er is ook een deel dat al snel overstapt van incidenteel naar regelmatig, wekelijks tot soms dagelijks gebruik (over een langere periode) en met steeds hogere doseringen.

De aanvankelijk positieve effecten (o.a. zelfvertrouwen, zintuiglijke sensaties, socialiseren, lekker gevoel) om 3-MMC te nemen, worden in toenemende mate overschaduwde door *geestelijke* (o.a. stress, craving, paranoïde, agitatie, paniekaanvallen, lage zelfwaardering); *lichamelijke* (o.a. uitputting, bloedneus, grauw uitzien, vermagering, hartkloppingen, slaapproblemen) en *sociale* (o.a. isolement, schulden, uitval werk en school, ruzies thuis en met vrienden) gezondheidsrisico's. Langzaam begint het besef door te dringen dat het zo gewenste gecontroleerde gebruik door een sluipende verhoging van de dosering (per sessie) en frequentie van gebruik verandert in problematisch gebruik. Zo illustreert het volgende verhaal hoe incidenteel gebruik overgaat naar problematisch gebruik.

Het omkeerpunt bij Leon (24) kwam toen hij in een 'poesgroep' belandde die elk weekend bijeenkwam om te feesten. De driekoppige 'poesgroep' werd geleidelijk groter. De lol in het begin

maakt plaats voor meer grimmigheid. Alsof iedereen op een zeker moment met zijn eigen shit wordt geconfronteerd. Bij Leon begon een oud trauma weer op te spelen. Door zijn escapades kwam hij steeds vaker brak op het werk (logistiek). Zijn collega's kregen door dat maandag niet zijn beste dag was. Terwijl de een na de ander uit zijn 'miauwgroep' afhaakt en stopt met '3M', weet Leon niet waar zijn rem zit. "Ik was meer halfdood met 'poes' omdat ik niet kon stoppen, terwijl het anderen wel lukte." Hij komt erachter dat het middel verslavender is dan hij eerst toe wilde geven. Zijn '3M' carrière verloopt anders dan die met ecstasy, waarvan hij zijn gebruik weet te beperken tot af toe een pilletje. De rust die hij pakt na een ecstasynacht, vindt hij niet na een '3M' sessie. Zodra het zakje leeg is, begint het alweer te kriebelen om een nieuwe voorraad te halen.

Wat uit de verhalen van andere geïnterviewden naar voren komt is dat ook de dosering omhoog gaat.

Silke (17) bouwt haar gebruik op van 2 gram naar 6 gram per dag. Het liefst gebruikt ze alleen om in haar 'eigen veilige space' te blijven, zoals ze zelf zegt en 'rustig in haar hoofd' te worden. "Wel op de wereld, maar ook van de wereld. Dat niemand tegen je praat." "Ik haalde meestal 6 gram voor een avond. Op mijn iPad legde ik dan één lange lijn die ik in stukken hakte en dan snel achterelkaar nam totdat het op was. Ik wilde meer voelen, en nam steeds bij omdat ik een heftiger, nog erger gevoel wilde hebben. Als het stopte dan kon het niet nog meer. Dan ging ik slapen. Ik gebruikte 'poes' vaak in bed en keek altijd naar één en dezelfde film: hardcore never dies (lacht). Ik vind hardcore heel mooi als ik 'poes' op heb. Dan hoor je die muziek zó goed en alles vervormd, alsof je helemaal in diezelfde space zit en hetzelfde voelt als in die film."

Natasja (32) tikt in haar piekperiode van gebruik elke dag 3 gram (de hele dag door) aan. Aanvankelijk verkocht ze alleen aan vrienden, maar door een slechte relatie met haar vriend, verdooft ze haar stress met '3M'. En ook Zofia (17) gaat snel van 1 naar 2 en 3 gram per dag en soms meer. Luca (18) kocht al snel zijn eigen zakjes. "Dealers zijn hier genoeg in de buurt", zegt hij, dus hij kocht al snel zijn eigen zakjes. In een paar maanden tijd kroop zijn dosis omhoog van één naar 3-4 gram elk weekend. "Dat kost 50-60 euro. Maar als je een paar rondjes geeft ben je het ook kwijt."

Arne (17) realiseert zich dat de craving van '3M' een poos sterker was dan zijn wil om te stoppen. Direct na de eerste keer wilde hij de tweede keer al zelf gaan halen bij de dealer. "Je begint met een zakje (1 gram), dat wordt een tweede zakje en al snel een derde zakje. In april dit jaar (2024) snoof ik alleen al 15 gram in een lang weekend weg.

Niet iedereen schiet door in het gebruik. Een deel blijft incidenteel gebruiken op geplande momenten of spontaan wanneer 3-MMC in bijvoorbeeld een feestsetting door anderen wordt aangeboden. Deze incidentele gebruikers zitten meestal niet in specifieke muzikscènes of gebruikersgroepen die vaak met elkaar klitten. Sommige geven toch de voorkeur aan andere middelen, zoals cannabis, laat ook de volgende veldnotitie in een stadspark tussen de onderzoeker een groepje jongeren/jongvolwassenen zien:

We raken in een stadspark aan de praat met een groepje metalheads die bij een bankje hangen. Metalmuziek knalt uit de speaker. Er gaan twee joints rond. Hoewel 3-MMC niet (meer) zo hun

ding is wil één jongen (we noemen hem Mark) nog wel een boekje opendoen over zijn korte heftige flirt met '3M'. Hij is opgelucht dat hij niet meer door '3M' wordt 'bezeten'. "Het begon onschuldig", vertelt Mark. Hij ontmoette een zekere T. die, naar later bleek, een grote speler in de regio was. "Als jij meer sociaal wil zijn, moet je dit eens proberen", zei hij. Het was de periode dat '3M' furore maakte op talrijke huisfeesten. "Alles ging in een sneltreinvaart: we deden pillen, ket, pep, maar vooral veel 3M, waar ik ook in ging dealen voor T. Iedereen hier wilde 3M!" Toen de business van T. door ingrijpen van politie stil kwam te liggen, was het voor Mark genoeg. "Een geluk bij een ongeluk", noemt hij het. Na het verhaal van Mark, vertellen ook de anderen over hun ervaring met 3M. "Die constant zuigende trek vond ik kut", zegt de een. "Ik blow liever de hele dag dan dat spul", vult de ander aan." De groep is het erover eens dat blowen meer hun ding is. Net voor het donker gaat de laatste joint rond van hun favoriete coffeeshop.

Psychosociale problematiek op de achtergrond

Hoewel de focus in dit onderzoek vooral ligt op het gebruik van 3-MMC, bieden de gesprekken met de geïnterviewde jonge gebruikers soms een inzicht in de thuissituatie, die niet altijd rooskleurig is (o.a. scheiding ouders, conflicten, alcoholisme). Bijna alle ondervraagden wonen nog thuis. De een kampt met agressief gedrag of voelt zich thuis niet veilig. Lang niet alle problemen zijn een gevolg van middelengebruik (3-MMC in het bijzonder) maar de sfeer thuis is er in veel gevallen niet beter op geworden, geven veel van de ondervraagde jonge gebruikers aan. Een onveilige thuissituatie of woonomgeving is een extra risicofactor. Reden waarom jonge gebruikers bescherming en veiligheid zoeken bij anderen en soms worden meegezogen in een leven buiten huis, dat hen eerder lijkt te overkomen, dan dat ze daar bewust voor kiezen. Het verlangen naar geborgenheid in een groep pakt niet altijd goed uit, zeker als ze in een groep of scene terechtkomen waar drugs en in dit geval ook stevig 3-MMC wordt gebruikt. En dit blijkt dus ook voor te komen in de landelijke gebieden waar het onderzoek plaatsvindt.

6.2 Van escalatie tot het keerpunt

De aanvankelijk exclusieve thuis- en feestsetting van 3-MMC-gebruik maakt geleidelijk aan plaats voor gebruik op elke denkbare setting. Op het werk, in de schoolbanken, bij ouders thuis, in de auto, de trein, de bus, op straat. Maar wie (bijna) elke dag 3-MMC gebruikt, komt langzaam in een parallelle werkelijkheid terecht die losgezongen lijkt van geldende gedragscodes, die in dorpen over het algemeen strikter worden nageleefd. Wie dagenlang achtereen gebruikt, wordt slordig, laat steken vallen, wordt minder alert vanwege het chronische tekort aan slaapuren. Zakjes met poeder die je thuis laat rondslingeren, poedersporen op de neus, vreemd of onaangepast gedrag; dingen die gebruikers minder snel doorhebben, maar de omgeving op beginnen te vallen, tot het moment dat er moet worden ingegrepen. De jonge gebruikers uit dit onderzoek ondervinden dat ieder op hun eigen manier.

Bij Natasja (32) begon op een gegeven moment het ongeremde gedrag in haar omgeving op te vallen. Gemixt met alcohol kon ze anderhalve week doorstomen op '3M'. Omdat ze zelf ook verkocht nam ze er royaal zelf van. Zofia (17) begon direct vanaf het begin elke dag te gebruiken

(5 maanden). “Ik wilde me beter voelen, maar wist niet hoe verslavend het was.” Toen ze steeds meer begon te gebruiken, ging ze te rade bij voorlichtingsites. Het werd haar snel duidelijk dat ze moest stoppen. De druppel was dat haar vriend steeds meer paranoïde werd van ‘3M’. Als ze er nu op terugkijkt is het een ‘gat in haar leven’ geweest. Ze ging wel naar school en werkte erbij in de supermarkt, maar alles ging zo traag dat ze ontslagen werd. Ze herinnert zich nog goed hoe bleek en chronisch vermoeid ze was en vaak last had van knallende koppijn. Als ze vier dagen niet sliep, ging ze hallucineren. Zofia woont nog thuis en heeft over veel dingen gelogen. Haar ouders weten pas sinds kort over haar ‘3M’-obsessie. Het was hen niet ontgaan dat ze er bleekjes uitzag en vaak grote pupillen had. Als ze flashbacks had bleef ze de hele middag in bed om haar ouders te mijden.

Dat het snel kan gaan beseft ook Arne (17). Hij had nooit gedacht dat hij zo snel aan ‘3M’ verslaafd zou raken. In zijn omgeving was wel bekend dat ‘3M’ potentieel verslavend is, maar dat het zo snel zou gaan?! Hij zucht en haalt diep adem: “Die craving van 3M, het gevoel dat je telkens bij wil pakken..., dat gevoel is zó extreem heftig, dat op het moment dat je het voelt alweer meer wil.” Hij vindt zichzelf van nature niet opvliegerig of agressief, maar zijn zucht naar meer ‘3M’ maakte hem soms razend als hij niet meteen zijn kicks kreeg. Hij leefde alleen nog op de energie van 3M. “Je neemt bij omdat je op bent. Ik kocht het spul elke dag. Leende geld voor benzine, bij vrienden en pofte bij de dealer als ik blut was.” Ook Gijs (20) maakt het op een geven moment niet meer uit op welke momenten hij neemt. “Het zit de hele tijd in je hoofd van ‘s-ochtends tot ‘s-avonds. Je wilt alleen maar meer, de hele dag door.”

De piekperiode waarin het gebruik van Steef (18) op een hoogtepunt zat, was 6-10 gram per dag in een binge die op liep tot 25 gram. Totdat hij zo uitgeput was, dat hij niet meer kon en 2, 3 dagen sliep om daarna weer opnieuw te beginnen. “Ik gebruikte overal waar ik was: thuis, op straat, wc’s.” Steef hoopt nu dat hij nooit meer zo diep hoeft te gaan. Het meest moeilijke is wanneer hij op plekken komt waar hij heeft gebruikt of vrienden tegenkomt die nog steeds ‘3M’ gebruiken. Emmeloord is groter dan een dorp. Maar toch. Gelukkig merkt hij een kentering bij enkele vrienden die ook willen stoppen. “Ze zijn het snuiven zat, het geld dat het kost, het rotgevoel en alle sociale problemen...”

Leon (24) is weer een ander voorbeeld. “Ik deed het overal; bij mensen thuis, overal in de stad. Ik had het constant bij me, ook als ik naar de supermarkt ging. Het ligt eraan hoe je het doet en hoe jezelf gedraagt. Ik wist onderhand wel hoe ik mijn kaken stil moest houden met 3M. In het begin zat ik te klappertanden en te kaakschaatsen. Mensen konden het goed zien aan mijn ogen. In het begin schaam je je nog, maar dat verdwijnt als je continu onder invloed bent. Ik ging steeds harder, tot aan het randje van bad gaan.”

Bij een deel van de ondervraagde jonge gebruikers raakt het gebruik zo uit de hand dat hun omgeving het niet meer kan missen. Sommigen ervaren hun excessieve 3-MMC-gebruik pas als een probleem wanneer ook anderen in de omgeving het op begint vallen. Voor hen is dit het moment waarop ze besluiten te stoppen met het gebruik van 3MMC - al dan niet met hulp van instanties. Dat gaat niet altijd gemakkelijk blijkt uit de interviews.

Zo hoopte Arne (17) in de grote vakantie te stoppen, maar ook in het nieuwe schooljaar bleef ‘3M’ hem de baas. Op school ging het steeds slechter, omdat hij elke nacht maar een paar uur

sliep vanwege zijn gebruik. Zijn bravoure in het bijzijn van docenten om aan andere leerlingen te vragen wie er nog meer gesnoven heeft, verdwijnt. "Ik raakte zelf steeds meer uit beeld." Na school ging hij direct door naar de dealer voor nieuwe voorraad. Het keerpunt kwam toen een oplettende docent zag dat hij sterk vermagerde en vaak grote pupillen had. Toen ook zijn moeder poederzakjes in zijn was tegenkwam had hij iets uit te leggen.

Ook bij Gijs (20) begon het op een gegeven moment anderen op te vallen dat het niet goed ging. "Ik zag er grauw en wit uit. Had een verstopte neus en praatte nasaal. Je probeert het te verbergen, maar dat lukt niet meer. Op een gegeven moment kwamen mijn ouders erachter omdat ik 400 euro per week uitgaf aan '3M'. Wat ben je allemaal aan het doen? Ik bleef ontkennen, maar moest het op een gegeven moment wel toegeven. Er moest iets veranderen." Hij wil stoppen en zit nu in zijn afbouwfase lager in gebruik. Hij heeft afstand moeten nemen van zijn voetbalvrienden op de club met wie hij ook samen gebruikte. Chillen en snuiven na een wedstrijd zit er niet meer in. Hij zit nu in een groep die hij nog kent van de basisschool en die weet in welke fase hij zit. Gijs prijst zich gelukkig dat hij er met zijn vriendin over kan praten als hij terugvalt in gebruik. De spijt komt daarna, omdat het gebruik tot niks leidt. Hij blijft beducht voor zijn zucht, die soms plotseling in zijn hoofd opkomt als hij wakker wordt bijvoorbeeld of als hij zich 's avonds verveelt. Vooral de weekenden zijn zwaar, als hij aan zijn voetbalclub denkt. De sfeer thuis is soms te snijden als zijn moeder gestrest is over zijn gebruik.

Bij Silke (17) volgde een ontmaskering op het werk toen ze in huilen uitbarstte. Met de poeder nog onder haar neus geplakt werd ze op staande voet ontslagen. "Ik probeerde het daar niet te doen, maar het ging niet meer. "

Daarentegen is Zofia (17) wel uit eigen wil gestopt. "Voor een meisje leg ik best wel grote lijnen op mijn telefoon. Zo dik! Ik snoof door het neusgat dat open was. Ik moet meer, ik moet meer, dacht ik telkens, en altijd weer die pijn in de neus. Op een gegeven moment ging het niet meer. Ik at dagen niet en kreeg paniekaanvallen. Al sinds mijn geboorte ben ik een stresskip omdat ik geen goeie start heb gehad en al heel jong in een pleeggezin kwam. Mijn ouders wisten het pas toen ik gestopt was."

Bij Fiona (23) ging het bergafwaarts toen ze in haar eentje begon te gebruiken. "Dan zit je alleen op de bank en dan vraag je bij jezelf af: en nu? Oh, ik heb nog wat liggen. Ja dat. Gek toch?!" Na 3 jaar '3M' besloot Fiona dat het genoeg was, omdat ze er ook veel bij ging drinken. Soms was het 4 dagen lang 'zuipen en snuiven' en zonder te slapen. Totdat ze op school instortte. Hetzelfde gebeurde een paar weken later op haar werk. "Ik ben toen naar mijn baas gelopen en vertelde het hele verhaal." Ze kwam in contact met Tactus, die haar na een intake doorstuurde voor intensieve behandeling.

Een andere jongen (25) uit een dorp in Brabant die tijdens het veldwerk op een dancefeest zijn hart lucht over '3M', waar hij een ambivalent gevoel bij heeft. In het gezin waar hij opgroeide was het tonen van emotie not done. Toen hij voor zijn studie in een studentenhuus in Tilburg ging wonen brak corona uit en kwam hij in aanraking met '3M', een escape op feesten en illegale raves. "Het was zo normaal, dat ik meer ging gebruiken; zeker 3 keer per week." De dips die volgden nam hij voor lief, omdat hij het sociale van de roes niet wilde missen. Van coke werd hij te scherp, en ecstasy maakte te veel emoties los. "Met 3M bleef ik in contact met mijn emotie."

Toen de nadelen hem steeds vaker begonnen tegen te staan, besloot hij te stoppen, wat in een studentenhuis een uitdaging is als iedereen aan de '3M' zit. "Mijn studievrienden hadden daar wel begrip voor en zeiden er rekening mee te houden. Maar zodra het drinken begon en iedereen aangeschoten raakte, werd er toch weer een Super Mario menu (Naam van een WhatsApp drugslijn) besteld". Nu een paar jaar later zitten drie van zijn vrienden in een afkickprogramma.

Maar niet alle ondervraagde 3-MMC-gebruikers geven aan dat zij problemen of verslavingsklachten ervaren, zoals zij die slechts onregelmatig en alleen bij speciale gelegenheden gebruiken. Of dit zo blijft is natuurlijk de vraag.

Zo weet Mira (20) weet '3M' erg verslavend kan zijn, maar zegt daar zelf niet gevoelig voor te zijn. We spreken meer jonge gebruikers die zeggen dat ze wel eens '3M' of andere middelen nemen, maar altijd afgepast en alleen op momenten dat het uitkomt.

6.3 Hulp zoeken en afkicken

De meest hevige gebruikers die worden gesproken, gaan op een gegeven moment hulp zoeken of proberen uit eigen beweging te stoppen. Bij de groep chronische gebruikers probeert iedereen meer greep op zijn/haar leven te krijgen. Een leven dat niet meer gedomineerd wordt door 3-MMC. Bij de een lukt dit beter dan bij de ander. Sommigen vallen terug in gebruik, anderen zijn onzeker over of ze voldoende kracht hebben om niet weer direct naar 3-MMC te grijpen als het even tegenzit. En een paar zijn zo zeker van zichzelf dat het 3-MMC boek dicht is. Sommigen nemen nog wel andere middelen. De volgende geïnterviewden illustreren hoe het proces van hulp zoeken bij hun is verlopen of nog verloopt.

Fred (17) vertelt hij dat hij over een paar dagen in behandeling (3 maanden intern) gaat om te stoppen. Hij is er klaar mee dat '3M' al zijn geld opslurpt' (350 euro per week). In de aanloop ernaartoe heeft hij zijn gebruik terug weten te brengen naar één gram in de week. Fred is nog niet helemaal overtuigd van de noodzaak tot stoppen. Nu zijn behandeling dichterbij komt, vindt hij dat hij eigenlijk helemaal geen problemen heeft met '3M'. Zowel niet geestelijk als lichamelijk.

Ook Steef (18) wordt door schade en schande wijzer. Door het experimenteren kwam hij in andere kringen terecht waar ook cocaïne, ketamine en ecstasy wordt gebruikt. Maar zijn verslaving bouwde hij pas op bij zijn nichtje die in een begeleid woonproject zat en hem telkens forceerde mee te doen. Steef had toen niet door hoe verslavend het was. "Het voelde vooral fijn omdat ik een stille jongen ben die weinig praat. Ik werd er socialer van." Steef denkt dat zijn belabberde thuissituatie debet is aan zijn depressie. Daarvoor wil hij nu in therapie. Hij zocht zijn vlucht in nachtenlang '3M' gebruik en gamen. Hij wil nu meer afstand houden van het 'cluppie' dat nog steeds in zijn 'snuifhol' zit. "Ik heb daar niks meer te zoeken. Alles wat je daar doet komt boven water en wordt verder verteld." Hij wil geen jongeren meer zien die '3M' gebruiken. Uit zelfbescherming ook. Bang dat hij weer een sterk verlangen krijgt om te gebruiken.

Toen Arne (17) bij zijn vader thuis een snuifbuisje liet slingeren kwam deze erachter dat hij snoof. "Mijn stiefmoeder heeft een kind dat verjunkt is en die pijn wilde ze niet nog eens meemaken. Het was zij weg of ik." Arnes vader verbreekt het contact, maar zijn moeder blijft hem steunen.

In die tijd kon hij door zijn craving ook agressief doen naar vrienden. Zijn moeder nam hem mee naar de huisarts, die hem doorverwees naar Tactus. Door de gesprekken (1-2 x per week) ging het wat beter. "Omdat ik met dezelfde vrienden om bleef gaan, viel ik terug in gebruik." Nu hij zich sterker voelt lukt het beter. Hij blowt alleen nog. Arne is blij dat hij zijn laatste 600 euro schuld aan de dealer heeft afbetaald. Deze was minder vergeetachtig dan de anderen. "De beste dealer is die de pof vergeet." (lacht).

Stoppen met 3MMC blijkt niet voor iedereen even makkelijk. Een aantal van de geïnterviewde jonge gebruikers geeft aan dat ze, ondanks goede voornemens, toch weer terugvallen in gebruik of soms overstappen op andere middelen. Dit gebeurt bijvoorbeeld wanneer verleidingen groot blijven of wanneer zij moeite hebben met het doorbreken van hun gewoontes.

Toen Leons (24) ouders aan bleven dringen over wat er met hem aan de hand was, moest hij met de billen bloot en biechtte op dat hij niet meer zonder '3M' kon en daar heel ongelukkig van werd. Hij meldde zich aan bij de hulpverlening, maar stopte in week 4 van een voortraject (20 weken). Zijn gebruik ging weer omhoog van 3 naar 10 tot soms 20 gram per weekend (soms nog langer). Toen hij op vakantie ging stopte hij vanzelf, maar eenmaal thuis liep de teller weer op naar 25 gram per week. Hij kreeg steeds meer last van lichamelijke problemen en 'slaapverlamming', waarbij hij dagenlang wakker bleef, met paniekaanvallen tot gevolg. Een nieuw behandeltraject mislukte, waarna hij weer in een 'loophole' kwam. Om zichzelf tot bedaren te brengen gebruikte hij ketamine als downer en ging toen out in de badkamer van zijn ouderlijk huis. Hij meldde zich opnieuw aan voor hulp toen hij begon paniekeren op een feestje bij vrienden. Hij had 'slechts' 3 gram '3M' bij zich en toch ging het mis. Door gesprekken met de psycholoog leert Leon zichzelf beter kennen. "3M is toch wel het beest geweest waar ik mijn mentale problemen mee ging verdoven." Hij heeft in de afgelopen jaren veel ingeleverd. Hij werd ontslagen, zakte een paar keer voor zijn felbegeerde heftruckdiploma en zegde zijn sportabonnement op om geld uit te sparen voor 'poes'. Terwijl sport voor hem een anker was om zich beter te voelen en 'goeie energie' te krijgen. Als hij verdere hulp wil moet hij met drugs stoppen. Bij Iriszorg kreeg hij te horen dat zijn wens om '3M' recreatief te gebruiken geen optie is omdat dit maar 1 op de 20 lukt.

Het rock bottom moment voor Silke (17) om hulp te zoeken kwam op het moment dat ze ziek werd (alles raakte ontstoken), haar geld opraakte en ze bij haar dealer seks in ruil voor drugs deed. Na opname in een Zuid-Afrikaanse kliniek begint ze na terugkeer binnen een week weer met 'poes' en wordt uit een safe house (veilige plek) gezet. Dat ze nu in de nachtopvang met ouderen zit, maakt het er niet makkelijker op. Silke vindt dat ze haar '3M' gebruik beter onder controle heeft, maar daarvoor in plaats is crack gekomen. Een middel waar ze in een kortstondig zwerfavontuur (drie weken) in de Amsterdamse straatscene aan raakte, met heroïne. Ze hing daar met zwervers en dealers die hun drugs met haar deelden omdat ze geen geld had. Weer terug in de Achterhoek weet ze precies bij wie ze moet zijn als ze zucht in crack heeft. "Niemand houdt mij dan tegen." Toch wil Silke vroeg of laat haar verhaal vertellen als 'ervaringsdeskundige' op scholen. "Ik wil niet dat jongeren hetzelfde overkomt als ik... (tranen schieten in haar ogen) ... zo heftig is het."

7 Reflectie van professionals



Kernpunten

- De ondervraagde professionals zien dat:
 - in landelijke gebieden de gebruikers van 3-MMC vaak nog zeer jong zijn;
 - 3-MMC makkelijk verkrijgbaar is en vooral rondgaat op (thuis)feestjes. Het wordt gebruikt als alternatief voor cocaïne, amfetamine of ecstasy;
 - vooral 3-MMC-gebruikers hun 'gecontroleerde' gebruik vrij gemakkelijk ontkennen en pas om hulp vragen als het gebruik ook anderen begint op te vallen.
- De preventiewerkers uit dit onderzoek pleiten voor een meer directe ambulante aanpak die kijkt naar de noden van (gemarginaliseerde) jonge gebruikers in plaats van specifieke middelen, maar die ook langdurige ondersteuning krijgen.

In dit hoofdstuk wordt de reflectie van verschillende professionals besproken. Deze reflecties zijn in hoofdzaak gebaseerd op de bijdragen van professionals die hebben deelgenomen aan de focusgroep (zie hoofdstuk 2.2). Waar relevant zijn echter ook inzichten meegenomen van professionals die tijdens het veldwerk zijn gesproken (zie hoofdstuk 2.1).

7.1 Een jonge groep gebruikers

De professionals die hebben deelgenomen aan de focusgroep¹⁰ bevestigen de veldwerkimpressies dat het bij 3-MMC om een relatief jonge groep gebruikers gaat. 3-MMC wordt bij de jongste lichte vanwege de populariteit in hun omgeving als een onschuldig middel gezien.

7.2 Opkomst en verspreiding 3-MMC in landelijke gebieden

Een preventiewerker (Novadic-Kentron) verwijst naar de drie B's wanneer een middel tot veel experimenteergedrag leidt: beschikbaar, bereikbaar en betaalbaar. Hij ziet dat bij 3-MMC elke factor hoog scoort, ongeacht of jongeren of jongvolwassenen in de stad of op het platteland wonen. Het is een middel dat in landelijke gebieden vooral rondgaat op feestjes thuis, maar ook in de horeca (vooral cafés). Het is makkelijk verkrijgbaar. Sommigen hebben het altijd op zak bij het stappen.

Professionals zien dat 3-MMC voor veel gebruikers een alternatief is voor cocaïne, speed of ecstasy. Het is fors goedkoper dan cocaïne, beheersbaarder en minder euforisch dan ecstasy en maakt minder spichtig dan amfetamine. 3-MMC klinkt perfect, omdat het op elk denkbaar moment kan worden genomen. Of je nou op de scooter zit of in de schoolbanken.

¹⁰ In de focusgroep zaten vier preventiewerkers (Novadic-Kentron, Tactus, Iriszorg en Brijder) en één jongerenwerker (Youth for Christ) in de landelijke gebieden waar ook veldwerk werd gedaan.

Professionals uit de focusgroep zien ook dat de hoge prijs van alcohol soms het 3-MMC gebruik aanjaagt vanwege de langere werkingsduur voor een relatief lager bedrag. Verschillende professionals zeggen daarnaast dat jongeren en jongvolwassenen aangeven dat ze minder snel last van een kater hebben als ze 3-MMC bij alcohol snuiven.

Hoewel jonge gebruikers van alle tijden zijn, zien professionals vergeleken met tien jaar geleden dat er nu sprake is van een bredere groep van jonge gebruikers die niet zoals vroeger vaak gelieerd zijn aan een compacte uitgaansscene. Deze groep komt eerder in beeld omdat er meer excessen zijn op jongere leeftijd.

Een preventiewerker (Iriszorg) ziet hoe snel jongeren en jongvolwassenen in één keer in korte tijd bekend worden met middelen en namen die hen soms als exotisch voorkomen. “In het wereldje van research chemicals is ‘3M’ populair op dit moment. Poes is wel een mooi woord, dus die gaan ze bestellen”. “Het gemak waarmee je als gebruiker toegang tot de lokale markt krijgt biedt voordelen”, zegt een jongerenwerker (Youth for Christ) in Emmeloord. “Naar de stad kost meer tijd én geld. Hier staat iemand binnen 10 minuten met een fat bike voor de deur met ‘3M’, die ze ook niet als een harddrug zien omdat het net zo goedkoop is als een gram wiet”. In Emmeloord (waar geen coffeeshop is) zijn er daarom ook zorgen over de vermenging van soft- (cannabis) en harddrugs. “Waar ze de cannabis kopen, kopen ze ook de 3-MMC. Anders moeten ze naar Zwolle of Lelystad. Ook hier zijn er nog veel 18-plussers die op straat wiet kopen”.

7.3 Risicofactoren om te starten met 3-MMC

Dat de groep op jonge leeftijd breder is geworden, valt ook een andere preventiewerker (Iriszorg) in de Achterhoek op: “Het zijn doorsneejongeren waar je het niet snel van zou verwachten, maar ook jongeren met een verhaal, met een rugzakje zeg maar, die eerder vastlopen”.

De professionals uit de focusgroep zien vaak dat jongeren en jongvolwassenen met emotionele gedrags- of sociale problemen vaak ontvankelijker zijn voor (problematisch) gebruik. Opvallend is ook dat sommige professionals tijdens de focusgroep benoemen dat zij naar verhouding meer jonge vrouwen zien met een laag zelfbeeld dan wel in een probleemsetting. Een preventiewerker in de Zaanstreek (Brijder) merkt dat de drempel om te gebruiken lager is bij 3-MMC. “De angst verdwijnt en het gebruik voelt als een quick fix. Alsof ze op een snelle manier (negatief zelfbeeld) iets voor elkaar willen krijgen”. Een kanttekening daarbij is dat 3-MMC niet het enige middel is waarin jongeren en jongvolwassenen kunnen vastlopen, maar dat het opvallend is dat problematisch 3-MMC zich al op jonge leeftijd kan manifesteren onder jongeren in de onderzochte landelijke gebieden. “Sowieso zijn kwetsbare jongeren altijd eerder de pineut, met welk middel dan ook”, zegt een preventiewerker in Overijssel (Tactus).

Dat de lockdown het gebruik van 3-MMC verder heeft aangewakkerd vinden de professionals die hebben deelgenomen aan de focusgroep een plausibele verklaring voor de huidige populariteit. Een jongerenwerker in Emmeloord (Youth for Christ) heeft gezien hoe de groep gebukt ging onder lockdowns en dat de jongeren en jongvolwassenen nog steeds moeite hebben met hoe ze zich een houding moeten geven. “Ze hebben weinig leraren gezien, konden niet met vrienden afspreken, de sportschool was dicht. Ze hadden geen flauw idee hoe het verder moest. En toen

was er opeens 3-MMC. Dit heeft het proces versneld dat ze zich lossen en socialer gingen voelen. Deze groep zien we nu in het jongerenwerk. Maar een onderliggend probleem is dat er ook vaak sprake is van een thuisproblematiek”.

7.4 Hoe gebruik problematisch wordt

Professionals zien dat jonge gebruikers vooral bij 3-MMC hun zogenaamde gecontroleerde gebruik al vrij snel ontkennen. Veel jonge 3-MMC-gebruikers verkeren in de illusie dat alles onder controle is, ook al wijzen alle seinen op rood. Het punt van een paar keer per jaar spontaan een paar lijntjes, zijn de anderen al lang gepasseerd. Ook dit is niet uniek voor gebruikers in landelijke gebieden. “Nagenoeg alle gebruikers waar de ondervraagde professionals mee in contact staan zeggen in gesprekken dat ze alleen in het weekend nemen. Maar is 52 keer per jaar nog wel recreatief?”, zegt een preventiewerker. Als hij ze vervolgens uitdaagt een weekend over te slaan lukt het niet. Een andere jongerenwerker hoort vaak dat ze naar eigen zeggen nog prima kunnen functioneren: “Laveloos in de klas kan blijikbaar. Zolang niemand iets doorheeft functioneren ze nog. Het gaat om het idee dat ze zichzelf nog onder controle hebben omdat je niet opvalt. Pas als ze betrap worden geven ze toe dat ze een probleem hebben”.

7.5 Terugdringen van gebruik; wat werkt volgens professionals?

Naast alle pilots en methodiekontwikkeling, pleiten preventiewerkers voor een meer directe ambulante aanpak die meer kijkt naar de noden van (gemarginaliseerde) jonge gebruikers in plaats van naar specifieke middelen, maar die ook langdurige ondersteuning krijgen.

Verschillende professionals stippen aan dat alcohol (vergeleken met 3-MMC) in de breedte van gebruik hen meer zorgen baart, maar dat drugs (vaak bij een kleinere groep) lokaal vaker tot maatschappelijke commotie leidt. Een bredere trend is dat de ‘repressiekant’ meer ruimte krijgt en het preventiewerk steeds meer gaat overschaduwen, maar niet effectief is. Voorkomen moet worden dat het jongerenwerk in de uitvoering steeds meer een verlengstuk wordt van jeugdboa’s en -agenten. Het drugslandschap blijft complex, gevarieerd en kan ook regionaal verschillend zijn.

Daarnaast zetten een aantal professionals vraagtekens bij het verbieden van nieuwe stoffen: “Het oude adagium: wat je verbiedt, wordt ook aantrekkelijker, zal ook voor deze middelen opgaan”, zegt een professional (Tactus) die meer vertrouwen heeft in reguleren als probleemoplossing. “Jongeren hier kopen het nu al bij dealers”, zegt een jongerenwerker in Flevoland.

Speculaties over de toekomst van 3-MMC en andere cathinonen

Ook voor de ondervraagde professionals is het speculeren hoe de toekomst er uit zal zien en wat de invloed van de generieke wetgeving zal zijn. In de periode voordat de generieke wetgeving van kracht wordt, zal bij gebruikers die vaste afnemers zijn mogelijk een run ontstaan om een voorraad aan te leggen. Toch is er ook een fractie die denkt dat het niet zo'n vaart gaat lopen. Zij denken dat er ook de komende jaren voldoende aanbod blijft, alhoewel de prijs mogelijk wel zal gaan stijgen.

- Als het gebruik van 2-MMC (nu als 3-MMC verkocht) toch afneemt en niet door andere cathinonen vervangen wordt, zullen waarschijnlijk minder subtiele opwekkende middelen (met andere namen) op de markt komen. Een aantal professionals maakt zich zorgen dat er mogelijk meer incidenten zullen plaatsvinden.
- Een deel van de forse gebruikers zal volgens de professionals opgelucht zijn als ze niet meer zo makkelijk aan 3-MMC kunnen komen; een deel (de jongste groep) gaat mogelijk over op de andere meer klassieke uppers (amfetamine, ecstasy, cocaïne etc.).
- Op de middellange termijn verwachten de ondervraagde professionals dat de jonge generatie minder cathinonen zal gaan gebruiken. "Mijn verwachting is dat het gaat afnemen want ook negatieve verhalen worden gedeeld", zegt een preventiewerker (Tactus). "De voorbeelden van jongeren die in problemen komen hebben meer impact op gebruik dan het illegaal maken van de markt", zegt een preventiewerker in de Achterhoek (Iriszorg).
- Tegelijkertijd zullen er altijd nieuwe middelen op de markt komen of opnieuw worden ontdekt door toekomstige generaties. In het licht van de huidige maatschappelijke ontwikkelingen, zal het sommige professionals uit de focusgroep niet verbazen dat vooral het gebruik van 'downers' toe zal blijven nemen - anticiperend op de 'emotieproblematiek' waar veel jongeren en jongvolwassenen onder gebukt gaan en de neiging hebben zich meer terug te trekken en te verliezen in alcohol, cannabis, Xanax, ketamine, designer benzodiazepines en misschien ook weer vaker GHB.

8 Inzage in de lokale 3-MMC markt op basis van WhatsApp menu's



Kernpunten

- Na een inventarisatie van WhatsApp menu's met NPS in het assortiment, zijn 70 originele menu's uit 10 provincies geteld waarop 3-MMC, 4-MMC, 2-MMC, of fenylethylaminen als 4-FA of 4-FMA worden vermeld, inclusief bijbehorende prijzen.
- Opvallend zijn de grote prijsverschillen bij '3-MMC' ('poes', 'miauw'). In Gelderland, Brabant, Overijssel, Flevoland en Friesland betalen gebruikers gemiddeld 16 euro per gram en 92 euro voor 10 gram. In de andere provincies (o.a. Randstad) liggen de prijzen bijna twee keer zo hoog (27 euro per gram en 166 euro voor 10 gram). Andere NPS (4-MMC, 4-FA, 4-FMA en 2-MMC) komen slechts sporadisch voor op de drugsmenu's.

8.1 Verschillen in aanbod en prijs in Nederland

Net als elders in het land zijn ook in de gebieden waar het veldonderzoek plaatsvond vooral de WhatsApp menu's populair, waarmee een heel scala aan middelen wordt aangeboden¹¹. Om meer inzicht te krijgen in de vergelijkbaarheid van aanbod en prijs van verschillende NPS tussen provincies, zijn voor dit onderzoek 70 originele WhatsAppmenu's uit 10 provincies verzameld en geanalyseerd.

8.2 Prijs van 3-MMC en andere cathinonen

3-MMC (soms ook 'miauw', 'poes' of 'meffi' genoemd) kwam op elk WhatsApp menu voor. De landelijk gemiddelde prijs per gram bedroeg 23 euro (voor 1 gram) en 135 euro voor 10 gram (zie Tabel 1). Opvallend zijn de grote prijsverschillen tussen de provincies. In Brabant, Gelderland, Overijssel, Flevoland en Friesland wordt met 16 euro gemiddeld het minst betaald voor één gram 3-MMC en gemiddeld voor 10 gram 92 euro. In Zuid-Holland, Noord-Holland, Utrecht, Groningen en Limburg liggen de prijzen aanzienlijk hoger. Hier betalen consumenten gemiddeld bijna het dubbele: voor een gram 27 euro en voor 10 gram gemiddeld 166 euro. Bij veruit de duurste bezorgdienst (5 unieke menu's) met een meer landelijke spreiding, waar tenminste in 4 grote steden (Eindhoven, Rotterdam, Den Haag en Leiden) wordt geleverd, betaalt de consument 35 euro voor een gram en 225 euro voor 10 gram.

11 Naast NPS bieden de drugsmenu's een heel scala aan middelen van party- tot (soms ook) straatdrugs, medicijnen, sigaretten en cannabis.

Andere cathinonen (anders dan 3-MMC), kwamen minder vaak voor. Zo werd op 11 menu's expliciet 4-MMC ('miauw') vermeld, met een gemiddelde prijs van 30 euro per gram (zie Tabel 2). Op slechts 2 menu's stond 2-MMC (kristal) vermeld, voor 20-25 euro per gram en 10 voor 110 euro. Alleen Noord-Holland wordt er op een menu vermeld wat er nog *in stock* is. Op dit menu wordt 2-MMC ook als enige aangeboden als vervanger voor mensen die opzoek zijn naar 3-MMC: "3MMC: *It's not sold on big scale anymore and our stocks are low! We offer great quality 2MMC now. Some dealers just say they have 3mmc and sell you 2mmc/3cmc instead...*"

Tabel 1. WhatsApp menu's met 3-MMC afkomstig uit 10 provincies

Provincies	Stad/ streek of regio ^I	Originele menu's + met 3-MMC, miauw of poes	Dubbel /anders	Prijs/ euro gemiddeld 1 gram	Prijs/euro gemiddeld 10 gram
Brabant e.o.	4	11	1 op aanvraag	21	145
Zuid-Holland	3	8	1 geen 3-MMC ^{II} 3 dubbel	26	188
Overijssel	1	5	3 sms + prijs	13	50
Utrecht	1	2	3 dubbel	25	170
Noord-Holland	5	29		28	180
Limburg	1	1		25	125
Friesland	2	2	1 geen prijs	15	80
Groningen	1	2	1 geen prijs	30	?
Gelderland	2	3		20	115
Flevoland	2	2		10	68
Tenminste 3 provincies	5 ^{III}	5	1 dubbel	35	225
10 provincies	22	70	14	23	135

I. Met streek of regio wordt bedoeld dat het menu in meerdere plaatsen circuleert. II. Op menu staat geen 3-MMC vermeld. III. Deze bezorgdienst is in verschillende steden actief. De steden komen ook op andere menu's voor en worden daarom niet meegeteld.

Tabel 2. WhatsApp menu's met 4-MMC afkomstig uit 10 provincies

Provincies	Stad/ streek of regio ^I	Originele menu's + 4- MMC, miauw	Dubbel /anders	Prijs/euro gemiddeld 1 gram	Prijs/euro gemiddeld 10 gram
Brabant e.o.		2	1 op aanvraag	20	150
Zuid-Holland		1	Niet leverbaar		
Overijssel					
Utrecht					
Noord-Holland		6		31	160 (2 prijzen)
Limburg		1		20	100
Friesland					
Groningen		1		30	
Gelderland					
Flevoland					
Tenminste 3 provincies	5 ^{II}				
10 provincies	22	11	14	25	137

I. Met streek of regio wordt bedoeld dat het menu in meerdere plaatsen circuleert. II. Deze bezorgdienst is in verschillende steden actief. De steden komen ook op andere menu's voor en worden daarom niet meegeteld.

8.3 Prijs van verschillende fenylethylaminen

Verder werden ook een aantal NPS die onder de stofgroep fenylethylaminen vallen aangeboden. Op 3 menu's werd 4-FMP¹² aangeboden als poeder (25 euro per gram) of als capsule of pil (5-7 euro per stuk). Op 1 menu werd 4-FA aangeboden in pilvorm (10 voor 60 euro). En op 1 menu werd 4-FMA aangeboden in pilvorm (5 stuks voor 20 euro).

¹² 4-FMP is hetzelfde als 4-FA, maar op menukaarten worden ze verschillend aangeboden. 4-FA valt sinds 2017 onder de Opiumwet.



1. Nabben, T., Boekholt, M., & Benschop, A. (2025). *Antenne Nederland: Regiomonitor drugs en risicjongeren 2023-2024*. Hogeschool van Amsterdam.
2. Koning, R., & Niesink, R. (2013). Nieuwe Psychoactieve Stoffen (NPS): niets nieuws onder de zon. *Verslaving*, 9, 47-59.
3. Rijksoverheid. (2025). *Kabinet gaat synthetische opioïden nitazenen verbieden*. Beschikbaar via: <https://www.rijksoverheid.nl/actueel/nieuws/2025/09/26/kabinet-gaat-synthetische-opioiden-nitazenen-verbieden#:~:text=Lijst%20A%20Opiumwet&text=Een%20van%20de%20verboden%20stofgroepen,toegevoegd%20worden%20aan%20lijst%20A>
4. Tweede Kamer der Staten-Generaal. (2022). T.K. 36159-3. *Wijziging van de Opiumwet in verband met het toevoegen van een derde lijst met als doel het tegengaan van de productie van en de handel in nieuwe psychoactieve stoffen en enkele andere wijzigingen*. Den Haag.
5. Eerste Kamer der Staten-Generaal. (2025). E.K. 36.159. *Tegengaan productie van en de handel in nieuwe psychoactieve stoffen en enkele andere wijzigingen*. Den Haag.
6. Hutten, N., & Smit-Rigter, L. (2025). *Jaarbericht DIMS 2024*. Trimbos-instituut.
7. Zinberg, N. E. (1984). *Drug, set, and setting: The basis for controlled intoxicant use* (Vol. 7). New Haven, CT: Yale University Press.
8. Kiesraad. *Tweede Kamer 29 oktober 2025*. Beschikbaar via: <https://www.verkiezingsuitslagen.nl/verkiezingen/detail/TK20251029/745610>

Bijlage 1. Profielschets jonge 3-MMC gebruikers die zijn geïnterviewd



	Setting eerste gebruik	Vervolg gebruik: patroon + dosering	Duur gebruik	Huidige situatie in relatie tot gebruik
Fred 17 jaar	Hardcorefeesten	Dagelijks (17.00-00.00) elk anderhalf uur 0,2 gram in vloeitje (oraal). In weekend meer. 10 gram per week.	2 ½ jaar	Eén gram per week. Sologebruiker.
Luca 18 jaar	Privé + weekend feesten	Oplopend van 3-4 naar 5-6 gram per week.	2 jaar	Elk weekend één gram. Meer blowen door de week.
Gijs 20 jaar	Privéfeesten	Dagelijks gebruik (0.5-1 gram). In piekperiodes naar 2-3 gram per dag.	4 jaar	Af en toe. In afwachting van detox behandeling.
Leon 24 jaar	Privé- + hardcorefeesten	Van 2-3 gram elk weekend naar 5 gram. In piekperiode 25 gram per week.	4 jaar	Onbekend.
Natasja 32 jaar	Privéfeesten + cafés	In piekperiodes 3 gram per dag.	4 jaar	Een gram per week. Sologebruiker.
Mira 20 jaar	Privéfeesten + cafés	4 keer gebruikt (3 lijntjes per keer).	3 jaar	Incidenteel gebruik.
Steeff 18 jaar	Privéfeesten + school/stage	In piekperiode 6-10 gram per dag.	3 jaar	Gestopt. Neemt ook geen andere harddrugs meer.
Fiona 23 jaar	Privéfeesten + cafés	In piekperiode bijna dagelijks 2 gram.	3 jaar	Gestopt. Krijgt nog steeds sms'jes van haar dealer.
Aaltje 17 jaar	Festivals	4 keer gebruikt (heel veel lijntjes).	2 jaar	Incidenteel.
Silke 17 jaar	Privé	Van 2 naar 6 gram per dag in de piekperiode.	2 jaar	Sologebruik.
Zofia 17 jaar	Privé	Praktisch vanaf het begin elke dag 2 gram. Bij binges 5-10 gram.	5 maanden	Gestopt.
Arne 17 jaar	Privé	Elke dag 2 gram; binges in het weekend (10 gram).	1 jaar	Gestopt. Blowt alleen nog.

