

**Informiere
dich, bevor du
konsumierst ...**

Allgemeine Informationen



Drug – Set – Setting

Die Wirkung einer Droge hängt nicht nur von der Droge (Drug) selbst, sondern entscheidend von deiner körperlichen und mentalen Verfassung (Set) sowie deiner Umgebung (Setting) ab, also wo und mit wem du konsumierst.

Konsumiere nur ...

- ... wenn es dir **gut geht**. Weil Drogen deine aktuelle Gefühlslage verstärken, solltest du nicht konsumieren, wenn du dich unwohl, traurig oder gestresst fühlst.
- ... wenn du dich über die **Wirkung und Risiken der Substanz** informiert hast. Befolge die **Safer-Use-Regeln!** Achte besonders auf eine niedrige Dosierung und verzichte auf Mischkonsum, auch mit Alkohol und Energy Drinks.
- ... wenn du dir über die **Risiken** des Konsums bewusst bist, wie z.B. rechtliche Konsequenzen oder Abhängigkeit.
- ... mit Leuten, denen du **vertraust**, und in einer Umgebung, in der du dich **wohl fühlst**.
- ... weil du es **wirklich willst** und nicht, weil die anderen auch konsumieren.
- ... solange du es **genießen kannst** und noch fähig bist, auf dich und andere zu achten.

Wichtig!

- Denk daran: **Kein Konsum ohne Risiko!** Willst du Risiken ganz vermeiden, nimm keine Drogen!
- Halte bestimmte Bereiche deines Lebens **konsumfrei!** Kein Konsum z.B. in der Schule, der Arbeit oder beim Sport. Stelle dir eigene **Konsumregeln** auf und halte dich daran!
- Kenne dein Limit und konsumiere z.B. nicht, wenn du morgens früh raus musst.
- Überleg' dir **Konsumrituale** und konsumiere nicht nur aus Langeweile. Bereite dich auf deinen Konsum gut vor und mach' ihn zu etwas Besonderem.
- Plane längere **Konsumpausen** ein! Gib dir und deinem Körper Zeit zur Erholung.
- Sprich mit anderen** über deine Erfahrungen, auch die negativen!
- Nimm die Drogen nicht so wichtig!** Berauscht sein ist nicht besser als nüchtern sein, nur anders!

Wenn du mit deinem Konsum nicht mehr klarkommst, hol dir Hilfe in den Tiroler Beratungseinrichtungen.

Drogen und Recht



Das Gesetz

Beim Konsum illegaler Drogen (Cannabis, Kokain, etc.) gehst du nicht nur gesundheitliche Risiken ein, sondern du machst dich auch wegen **Verstoßes gegen das Suchtmittelgesetz (SMG)** strafbar. Insbesondere ist der *Erwerb*, der *Besitz* (auch das Mitrauchen bei einem Joint in einer Runde), das *Befördern*, das *Überlassen*, das *Verschaffen*, das *Anbieten*, der *Anbau*, die *Erzeugung* und *Herstellung* sowie die *Ein- und Ausfuhr* verboten. Der Konsum eines Suchtmittels ist nicht strafbar. **Da jedoch der Konsum ohne Erwerb oder Besitz einer Substanz unmöglich ist, verstößt man damit dennoch gegen das SMG.**

Die Folgen einer Anzeige oder Verurteilung können weitreichend und schwerwiegend sein: Im Rahmen des Strafrechts können Geld- und Freiheitsstrafen über dich verhängt werden und es kann zu Problemen mit dem Führerschein kommen. Im Allgemeinen ist die Höhe der Strafe an Art und Menge der Droge gebunden und hängt davon ab, ob es sich um Drogen zum persönlichen Gebrauch oder für Weitergabe und Verkauf handelt hat.

Davon hängt es ab, ob das Verfahren auf Probe eingestellt wird, ob es zu einer Anklage und Verurteilung kommt, ob und welche Strafe verhängt wird (z.B. eine Geldstrafe oder eine mehrjährige Haftstrafe).

Für KonsumentInnen gilt:

Wenn Du mit einer illegalen Droge von der Polizei erwischt wirst, wird ein Ermittlungsverfahren eingeleitet und du bekommst eine Ladung zur Vernehmung bei der Polizei. Ergibt das Ermittlungsverfahren, dass es sich um den **Besitz einer kleinen Menge zum eigenen Gebrauch oder für den Gebrauch einer anderen Person handelt, ohne dass du daraus einen Vorteil ziehst**, wird das Verfahren an die Gesundheitsbehörde abgetreten. Es kommt zur Abklärung durch den Amtsarzt. Je nach Bedarf bzw. Einschätzung kann der Amtsarzt eine gesundheitsbezogene Maßnahme anweisen (Beratung, Behandlung oder Therapie). Verhältst du dich kooperativ und kommst du der Anweisung des Amtsarztes nach, hast du keine weiteren strafrechtlichen Konsequenzen zu befürchten. Anders verhält es sich im Fall von Dealen, Weitergabe an Minderjährige und bei Verweigerung der gesundheitsbezogenen Maßnahme. Dann erhebt die Staatsanwaltschaft Anklage und es kommt zu einem Gerichtsverfahren.

Weiterführende Rechtsberatung bekommst du in den Tiroler Beratungseinrichtungen.

Safer Use



Safer Use – Party

Wenn du dich für den Konsum entscheidest, beachte Folgendes:

- **Informiere dich** vor dem Konsum über Wirkungen und Risiken der Substanzen.
- Taste dich mit einer **niedrigen Dosis** an die erwünschte Wirkung heran. Frauen sollten grundsätzlich niedriger dosieren als Männer.
- **Vermeide Mischkonsum** – auch mit Alkohol und Energy Drinks. Mischkonsum führt zu den häufigsten Notfällen im Party-Setting – die Risiken sind nicht mehr abschätzbar.
- Informiere deine FreundInnen, was und wieviel du konsumierst. **KEEP CARE OF YOUR FRIENDS!**
- **Trink genug Wasser**, 1/4 – 1/2 Liter pro Stunde (Austrocknung vermeiden).
- **Gönn' dir** während und auch nach dem Konsum **Ruhepausen**. Nimm dir nach der Party genügend Zeit zur Erholung. Lege mehrwöchige bis mehrmonatige **Konsumpausen** ein.

- Wer konsumiert, fährt nicht – wer übermüdet ist, auch nicht.
- Bei (Drogen-)Notfällen: 144 oder 112 (Euronotruf), es zählt jede Minute! Es stimmt nicht, dass die Rettung auch gleich die Polizei verständigt!

Safer Sniffing

- Konsumiere nur mit **eigenem, sauberem Röhrchen** (Ansteckungsgefahr: Hepatitis C). Vermeide die Benutzung von Geldscheinen.
- **Zerkleinere das Pulver** so fein wie möglich.
- **Spüle deine Nase** nach dem Sniffen mit warmem Wasser und idealerweise mit Meersalz aus und verwende Nasensalbe.

Denk daran, dass bei hohen Dosierungen, häufigem Konsum und Mischkonsum die unangenehmen Nebenwirkungen stärker und häufiger werden. Außerdem ist das Risiko größer, dass du dir dauerhafte körperliche oder psychische Schäden zufügst.

Safer Use



Safer Use – Intravenöser Konsum

Suchtmittel zu spritzen ist grundsätzlich die riskanteste Form des Drogengebrauchs. Über nicht steriles Spritzbesteck kannst du dich mit HIV oder Hepatitis anstecken.

Wenn du intravenös konsumierst, beachte folgendes:

- Schaffe dir einen **sauberen Platz** an einem Ort ohne Stress.
- Konsumiere nach Möglichkeit **nicht allein**, damit du im Notfall Hilfe bekommst.
- Vor und nach jedem Abdrücken **Hände waschen**.
- Verwende **sterile Einmalfilter oder medizinische Filter**.
- Reinige die Haut mit einem **Alkoholtupfer**.
- Verwende alles, was du brauchst, **immer frisch**.
Spritzentausch/-kauf ist in der **Mentvilla Anlaufstelle** in Innsbruck möglich, auch in großen Mengen.
- Benutze immer dein **eigenes Equipment**.
- Wähle am besten eine **große, gut sichtbare Vene** aus. Am risikoärmsten sind die großen Venen an deinen Armen und Händen, zweite Wahl sind die großen Venen am Unterschenkel.

- Auf keinen Fall in die Hals-, Leisten-, Brust- oder Penisvenen schießen.
- Schone deine Venen, indem du **langsam abdrückst** und wähle immer wieder neue Einstichstellen, damit die Wundheilung gegeben ist.
- Der **Schliff** der Nadel muss beim Einstechen **nach oben** zeigen, damit die Nadel schmerzfrei und glatt in die Vene geht.
- Führe die Nadel immer **in Richtung Herz** (Blutfluss) ein, sonst schädigst du die Venenklappe.
- Zur Blutstillung benutze **Trockentupfer oder Taschentuch** und niemals Alkoholtupfer (diese fördern die Blutung).
- Wirf die gebrauchten Spritzen und infektiöses Material auf keinen Fall einfach achtlos weg! Nach Möglichkeit in einem **stichfesten Behälter** sammeln und entsorgen oder in der Mentvilla umtauschen.
- Bei Überdosierungen unbedingt die **Rettung rufen**: 144 oder 112 (Euronotruf) – es zählt jede Minute!
Es stimmt nicht, dass die Rettung auch gleich die Polizei verständigt!

Safer Sex



Safer Sex

Psychoaktive Substanzen können Sex intensivieren, aber auch abschwächen oder unangenehm verändern. Oft wirken sie luststeigernd. Bei Männern wirken viele Drogen jedoch potenzhemmend (z.B. Kokain/Alkohol). Mit Kondomen vermeidest du eine Schwangerschaft und kannst dich vor sexuell übertragbaren Infektionskrankheiten (Hepatitis, Chlamydien, Syphilis oder HIV) schützen.

Nach dem Konsum psychoaktiver Substanzen beachte folgende Punkte:

- Überlege dir vorher, welche Sexualpraktiken für dich tabu sind und **vereinbare Grenzen** im Voraus.
- Konsumiere nie so viel, dass du dich nicht mehr wehren kannst oder das **«Nein»** einer anderen Person nicht mehr wahrnimmst.
- **Kein Sex ohne Kondom!**
- Der Sex kann länger dauern, deshalb **Kondom häufiger wechseln**.

- Einige Substanzen (Ecstasy, Speed, Koks, usw.) trocknen deine Schleimhäute aus. Achtung Kondomreißgefahr! Dagegen helfen **Gleitmittel oder Kondomwechsel**.
- **Auch bei Oralsex ein Kondom verwenden**. Sperma oder (Menstruations-)Blut nicht in den Mund nehmen oder schlucken!
- Bei Jucken, Brennen oder Ausfluss kontaktiere einen Arzt/eine Ärztin.
- **Lebensgefährliche Kombinationen: Poppers mit Viagra, GHB mit HIV-Medikamenten**.
- Als Opfer eines sexuellen Übergriffs **nicht Duschen, sondern sofort ins Krankenhaus**, um Beweismittel sicherstellen zu können. Die Polizei wird dann automatisch verständigt.

Alkohol



Alkohol

Beschreibung

Alkohol (Ethanol) wird durch die Vergärung von Zucker aus Früchten und Getreide gewonnen.

Konsumform: Trinken.

Wirkung

Wirkungseintritt: bereits ab 5 Min. erste Wirkungen, 60 Min. nach der Einnahme höchste Alkoholkonzentration im Blut.

Wirkdauer: dosisabhängig, Abbau pro Stunde im Durchschnitt 0,10 bis 0,15 Promille.

Anregend, entspannend, enthemmend, euphorisierend, erhöhte Risikobereitschaft.

Risiken

Koordinations-, Sprach- und Sehstörungen, Übelkeit, Erbrechen, Schwindel, Dehydration. Bei sehr hohen Dosen Unterkühlungs- oder Überhitzungsgefahr, Bewusstlosigkeit, Tiefschlaf, Delirium, Koma. Erhöhtes Aggressionspotenzial, riskantes Verhalten im Straßenverkehr und beim Sex.

Bei Rauschtrinken (große Mengen in kurzer Zeit) Vergiftungsgefahr!

Bei regelmäßigem Konsum: psychische und körperliche Abhängigkeit, Schädigung sämtlicher Körperorgane, Störungen des Nervensystems und der Gedächtnisfunktion.

Risiken reduzieren

- Auch bei Alkohol macht die Dosis das Gift! Übermäßiger Alkoholkonsum schädigt deine Psyche und deinen Körper. **Achte auf dich und deine Grenzen.**
- Trinke Alkohol **nicht auf leeren Magen**, meide Mixgetränke mit Energy-Drinks.
- **Vermeide Mischkonsum** verschiedener Alkoholsorten.
- Trinke regelmäßig **Wasser** dazu (Alkohol entzieht deinem Körper Wasser).
- Achtung: Zwischen Alkohol und Medikamenten gibt es **unberechenbare Wechselwirkungen!**

Tabak (Nikotin)



Tabak (Nikotin)

Beschreibung

Tabak enthält neben Nikotin ca. 3.500 Inhaltsstoffe. Nikotin ist ein Nervengift und in unterschiedlichen Mengen in Tabak enthalten. Begleitstoffe sind z.B. Teer, Kohlenmonoxid, Benzol, Cadmium, Stickstoff oder Blausäure. Erscheinungsformen: Häufigste Konsumform ist das Rauchen (Zigaretten, Zigarren), außerdem kann Tabak als Schnupftabak, Kautabak, Wasserpfeife oder Snus konsumiert werden.

Wirkung

Wirkungseintritt: Nikotin wird beim Anzünden der Zigarette freigesetzt und gelangt, gebunden an Teerteilchen, in die Lunge und dann ins Blut. Nach 7 Sekunden erreichen die Nikotinmoleküle das Gehirn.

Wirkungsdauer: wenige Minuten

Aktivitätssteigerung, Verringerung des Hunger-, Angst- und Aggressionsgefühls, Anregung oder Beruhigung.

Gegensätzliche Wirkweisen sind nicht auf den Effekt von Nikotin, sondern eher auf die **Erwartung, Gewöhnungseffekte und psychische Abhängigkeit** der Person zurückzuführen.

Risiken

Beschleunigung der Herzfrequenz, Blutdruckanstieg, bei Erstkonsum Übelkeit und Schwindel, Herzrasen, Darmkrämpfe, Durchfall, Verringerung der Sauerstoffmenge im Blut. Bei regelmäßigem Konsum: hohes Abhängigkeitspotential (vergleichbar mit Heroin und Kokain), erhöhtes Risiko für Herz-Lungenerkrankungen (chronische Bronchitis, Asthma, Herzinfarkt, Schlaganfall, Lungenkrebs, Thrombose), Schmerzen im Brustkorb, Einschränkung des Geruchs- und Geschmackssinns, Schädigung der Magenschleimhaut

Risiken reduzieren

- **Kein Tabak während der Schwangerschaft!** Tabak erhöht die Gefahr von Früh-, Fehl- oder Totgeburten bzw. Entwicklungs- und Wachstumsstörungen des Kindes um ein Vielfaches.
- Die **Einnahme von Medikamenten** – z.B. auch Antibabypille – und hoher Tabakkonsum beeinträchtigt die Durchblutung und kann zu Thrombose, Herzinfarkt oder Lungenembolie (Verschluss von Blutgefäßen in der Lunge) führen.
- Personen mit **Herz-Kreislaufproblemen, Lungen- und Atembeschwerden** sollten keinen Tabak konsumieren.

Cannabis



Cannabis

Beschreibung

Cannabisprodukte werden aus Hanfpflanzen gewonnen: Marihuana (Blüte) und Haschisch (Harz).
Wichtigster psychoaktiver Wirkstoff: THC.
Konsumformen: Rauchen, gelegentlich Trinken oder Essen.

Wirkung

Wirkungseintritt: geraucht innerhalb weniger Sekunden, gegessen nach 30–180 Min.
Wirkdauer: geraucht 1–4 Std., gegessen bis zu 16 Std.
Entspannung, Gelassenheit, Euphorie, verändertes Zeiterleben. Gefühle (angenehme und unangenehme) werden intensiviert. Hohe Dosen und/oder gewisse Sorten können Halluzinationen auslösen.

Risiken

Anstieg der Herzfrequenz, Schwindelgefühle, Übelkeit / Erbrechen, Unsicherheit, Überforderung, Angst und Paranoia.

Bei regelmäßigem Konsum: Realitätsverlust, psychische Abhängigkeit, depressive Verstimmungen. Erhöhtes Risiko für Atemwegsbeschwerden und Lungenkrebs.

Risiken reduzieren

- Joints mit **Kohle- oder Cellulosefilter** oder ein **Vaporizer** (Inhalator) mindern das Risiko von Atemwegserkrankungen.
- **Mischkonsum mit Alkohol** führt zu einer oft unerwünscht starken Wirkung, Übelkeit und Kreislaufproblemen.
- Vermeide den Konsum in Situationen, die deine ganze **Aufmerksamkeit** erfordern (z.B. Schule, Arbeit).
- Cannabis ist ein **Stimmungsverstärker**, bei Motivationschwierigkeiten ist Kiffen daher nicht ratsam.
- Cannabis kann **psychische Krankheiten** (Depression, Schizophrenie, etc.) **auslösen**.
- Konsumiere **kein Cannabis bei psychischen Problemen**.

Ecstasy/MDMA



Ecstasy / MDMA

Beschreibung

Pille, Pulver oder Kristalle.

Konsumformen: Schlucken oder selten Sniffen.

Wirkung

Wirkungseintritt: 30–60 Min. nach Einnahme, selten erst nach 90 Min.

Wirkdauer: 4–6 Std.

Wachheit, Euphorie, Glücksgefühle, Veränderung der Sinnesempfindungen, erhöhtes Kontaktbedürfnis und Empathiefähigkeit.

Risiken

Unterschiedliche MDMA-Dosierung in XTC-Pillen:

Gefahr einer Überdosierung! Kiefer-/Muskelkrämpfe, Übelkeit/Erbrechen, Überhitzung, Austrocknen, Unruhe, Angstzustände, Verwirrung, Panik. Bei regelmäßigem, intensivem Konsum: Veränderung des Serotoninsystems, verminderte intellektuelle Leistungsfähigkeit.

Risiken reduzieren

- **Taste dich an die Wirkung heran** und entscheide nach 2 Std., ob du nachlegen willst.

Eine Dosis von mehr als 1,3 (Frau) und 1,5 (Mann) mg MDMA pro Kilogramm des Körpergewicht ist sinnlos.

Der Körper kann nur beschränkt Serotonin ausschütten und aufnehmen.

- Konsumiere weder auf nüchternen noch auf vollen Magen. Verzichte auf zuviel Alkohol (Gefahr des Austrocknens).
- Trinke genug **alkoholfreie Getränke** (3–5dl pro Std.).
- Regelmäßige **Konsumpausen** einlegen (**4–6 Wochen**).
- Konsumiere **kein MDMA bei:**
Herz- oder Kreislaufproblemen, Epilepsie.

Speed/Amphetamin



Speed /Amphetamin

Beschreibung

Pulver oder Paste (weiß, beige oder rosa), selten Pillen/ Kapseln.

Konsumformen: Sniffen oder Schlucken, seltener Spritzen oder Rauchen.

Wirkung

Wirkungseintritt: geschnupft nach 2–10 Min., geschluckt nach 30–45 Min.

Wirkdauer: 6–12 Std.

Gefühl erhöhter Leistungsfähigkeit, gesteigertes Selbstwertgefühl, Euphorie, Rededrang, erhöhte Risikobereitschaft, Unterdrückung von Hunger und Schlafbedürfnis, vermindertes Schmerzempfinden.

Risiken

Zittern, Unruhe, Übelkeit, Herzrasen/Herzflattern, Kopfweg, erhöhte Körpertemperatur – Überhitzungs- und Austrocknungsgefahr! Reizbarkeit, **aggressives Verhalten (v.a. in Kombination mit Alkohol)**.

Bei regelmäßigem Konsum: Speedpicken, Schlafprobleme, Abhängigkeit, Paranoia bis zur Speed-Psychose.

Risiken reduzieren

- Der Reinheitsgrad bei Speed variiert stark.
- **Dosiere vorsichtig!**
- Speed ist fast immer **mit Koffein verunreinigt** (Gefahr der Dehydrierung, erhöhter Blutdruck, erhöhte Körpertemperatur, hohe Belastung für Herz-Kreislaufsystem). **Hohe Koffein-Dosen fügen der Wirkung eine nervöse und unruhige Komponente hinzu, das Risiko von Herzrasen steigt.**
- Speed wirkt auszehrend. Ernähre dich gesund (Vitamine, Mineralien, usw.) und mache **mehrwöchige Konsumpausen**.
- Lege Tanzpausen ein und trinke genug **alkoholfreie Getränke** (Überhitzungs- und Austrocknungsgefahr!).
- Speed trocknet die Schleimhäute stark aus. Denke daran auch beim Sex.
- Konsumiere **kein Speed bei: Bluthochdruck, Leber-/ Nierenerkrankungen, Diabetes**.

Kokain



Kokain

Beschreibung

Weißes Pulver, Kristall oder Stein.

Konsumformen: Sniffen, Rauchen oder Spritzen.

Wirkung

Wirkungseintritt: 2–3 Min.

Wirkdauer: 15 Min. geraucht/gespritzt, 60 Min. geschnupft.

Gefühl von Leistungsfähigkeit, Stärke und Selbstvertrauen, Euphorie, Rededrang und erhöhte Risikobereitschaft.

Unterdrückung von Müdigkeit und Hunger.

Risiken

Herzflattern, Brustschmerzen, Unruhe, erhöhte Körpertemperatur, Aggressivität bis hin zu Paranoia.

Bei regelmäßigem Konsum: Abhängigkeit, Angst, Depression, Gewichtsverlust, psychotische Zustände, Persönlichkeitsveränderungen. Kokain wird gern mit Alkohol konsumiert, unterdrückt aber dessen Wirkung (**Gefahr einer Alkoholvergiftung!**). Zudem enthält es oft Medikamente als Streckmittel, z.B. Levamisol (Antiwurmmittel) oder Phenacetin (Schmerzmittel).

Risiken reduzieren

• Der Reinheitsgrad bei Kokain kann stark variieren.

Dosiere vorsichtig!

• **Verzichte auf Alkohol!** Trinke stattdessen alkoholfreie Getränke, auch nach dem Konsum.

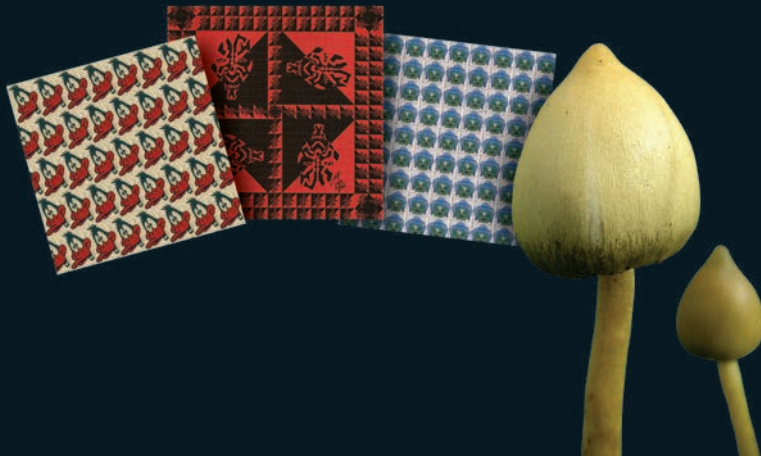
• Kokainkonsum kennt keine Sättigung – **halte dich an die geplante Konsummenge.**

• Regelmäßige **mehrwöchige Konsumpausen** verringern die Gefahr einer Abhängigkeit.

• Kokain, vor allem mit Alkohol, **verändert dein Verhalten** (erhöhtes Aggressionspotenzial, fehlende Empathie, usw.). Das kommt bei anderen nicht immer gut an.

• Konsumiere **kein Kokain bei Epilepsie und Herzkreislaufproblemen.**

LSD/Psilocybin



LSD / Psilocybin

Beschreibung

LSD: meist auf Löschpapier (Filze) oder als Tropfen, manchmal Mikros aus Gelatine.

Psilocybin: frische oder getrocknete Pilze.

Konsumformen: LSD: Schlucken; Psilocybin: Essen, gelegentlich Trinken, selten Rauchen.

Wirkung

Wirkungseintritt: 30–60 Min.

Wirkdauer: LSD: 8–12 Stunden; Psilocybin: 3–6 Std. (je nach Sorte und Konsumform).

Halluzinogene Wirkung, Veränderung und Verstärkung von Sinneswahrnehmung sowie Raum-Zeit-Empfinden.

Stimmung und Gefühle können sich abrupt verändern.

Bei höheren Dosierungen: Gefühl der Loslösung vom eigenen Körper und/oder Ich-Auflösung.

Risiken

Eindeutig im psychischen Bereich, abhängig von Persönlichkeit, Stimmung, Umfeld und Erfahrungen des Users. Überforderung, Verwirrung, Panik und Paranoia auch

mit nachhaltigen Auswirkungen. Verborgene psychische Störungen und Krankheiten (z.B.: Depression, Schizophrenie) können ausgelöst werden, auch bei einmaligem Konsum.

Risiken reduzieren

- Achte bei LSD und Psilocybin unbedingt auf eine **gute** psychische und körperliche **Verfassung** und ein **Umfeld**, in dem du dich wohl und sicher fühlst. Setze dich vorab mit der Wirkung der Substanz auseinander und **konsumiere nur, wenn du es wirklich willst**.
- Konsumiere in **ruhiger Umgebung** oder mit Rückzugsmöglichkeiten.
- Konsumiere **nie allein** und schau, dass eine Vertrauensperson in der Nähe ist.
- Kämpfe bei einer unangenehmen Wirkung nicht dagegen an, sondern lass dich gehen.
- **Mehrmonatige Konsumpausen** sind essenziell für die Verarbeitung der Erfahrung.
- **Vorsicht! Kein LSD/Psilocybin bei psychischen Störungen oder Herzproblemen!**

Ketamin



Ketamin

Beschreibung

Durchsichtige Flüssigkeit oder weißes, kristallines Pulver.
Konsumformen: Sniffen, Schlucken oder Spritzen (intramuskulär).

Wirkung

Wirkungseintritt: geschnupft und gespritzt nach 2–5 Min., geschluckt nach 15 Min.

Wirkdauer: 30 Min.–3 Std., je nach Dosierung und Konsumform.

Bruchstückhafte Auflösung des Körperempfindens und des Geistes, Verzerrung von Formen und Klängen, Gefühl von Schwerelosigkeit, Verlust des Zeitgefühls, Schmerzunempfindlichkeit.

Risiken

Herzrhythmusstörungen, Schwindel, Übelkeit/Erbrechen, Atembeschwerden bis hin zu Atemstillstand (bei hohen Dosen), starke Halluzinationen, Gedächtnisverlust, Sprech-

störungen und Koordinationsschwierigkeiten, schnelle Toleranzentwicklung (Gefahr der Überdosierung), Koma. Langfristig: psychische Abhängigkeit, depressive Verstimmungen, Angstzustände, motorische Störungen.

Risiken reduzieren

- Ketamin **nicht auf Partys konsumieren** (Sturzgefahr, Gedächtnis-/Bewusstseinsverlust, Belastung für Dritte).
- Konsumiere in Begleitung einer **Vertrauensperson** (Gefahr sexueller Übergriffe oder Beraubung!).
- **Verzichte auf Mischkonsum**, v.a. auf die Kombination mit Alkohol und Downern (Benzos, Opiate, GHB). Bei Kombination mit Uppern (Kokain, Speed, MDMA): starke Belastung für das Herz-Kreislaufsystem.
- Nimm Ketamin **nicht auf vollen Magen**.
- Bei höheren Dosierungen nicht Trinken oder Essen – **Verschluckungsgefahr!**
- Konsumiere **kein Ketamin bei: Herz-/Kreislaufproblemen, Bluthochdruck, grünem Star oder Epilepsie**.

Research Chemicals



Research Chemicals

Beschreibung

Research Chemicals (RCs) sind synthetische Substanzen. Die neuesten Produkte werden übers Internet vermarktet, oft mit verharmlosenden Namen wie « Dünger », « Badesalz », « Spice », usw.

Wirkung

Die Wirkung von RCs ist substanzabhängig – das Spektrum reicht von Downer über Stimulanzen bis zu Halluzinogenen. Die meistverkauften RCs imitieren die Wirkung bekannter Substanzen wie MDMA, Speed, Psychedelika oder Cannabis.

Risiken

Es gibt kaum wissenschaftliche Informationen zu RCs, Risiken und Langzeitwirkungen sind daher meist nicht bekannt. Da einige Substanzen bereits bei sehr kleinen Mengen wirken besteht die Gefahr einer Überdosierung. Nebenwirkungen, Langzeitfolgen und Abhängigkeitspotenzial sind laut User-Berichten vergleichbar mit

bekanntem Drogen. RCs werden immer wieder als klassische Substanzen verkauft, was zu Überdosierungen und anderen Problemen führen kann.

Risiken reduzieren

- Bei RCs sind Erfahrungsberichte aus dem Internet oft die einzige Infoquelle. Denk daran: Das sind individuelle Erfahrungen und **stimmen nicht zwingend auch für dich**.
- Konsumiere zuerst in **kleinen Dosen** und beobachte die Wirkung, bevor du die Dosis steigertest.
- Lass deine **RCs bei der Drogenarbeit Z6 testen** (Gefahr durch falsche Angaben und Verwechslungen beim Versand!).
- **Vermeide den Mischkonsum** mit anderen Substanzen (v.a. mit Alkohol, Benzos, Antidepressiva, MAO-Hemmern).

Substitutionsmedikamente



Substitutionsmedikamente

Beschreibung

Substitutionsmedikamente sind Opioide in Tabletten- bzw. Kapselform (Pellets) oder in Form einer Lösung.

Konsumform: Schlucken, gespritzt, seltener geraucht, gesniff oder rektal.

Wirkung

Wirkungseintritt: je nach Substanz nach 15 – 60 Minuten, gespritzt oder geraucht schneller.

Wirkungsdauer: je nach Substanz 24 – 72 Stunden bei oraler Einnahme.

Verminderte Schmerz Wahrnehmung, Herabsetzung der Atmung, Verstopfung, Schwindel, Müdigkeit, Beruhigung, Entspannung, Schwitzen, Herabsetzung der Libido.

Risiken

- Substitutionsmittel sind grundsätzlich zum Schlucken oder zum unter die Zunge legen gemacht!
- Gefahr von Überdosierung in Kombination mit Alkohol und/oder Opioiden
- hohes Abhängigkeitspotenzial und starke Entzugserscheinungen

- Medikamentenzusatzstoffe wie Lactose, Glucose, Saccharose, Stärke, Calciumsulfat, Talkum oder mikrokristalline Cellulose können sich, wenn sie gespritzt werden, im Blutkreislauf, in der Lunge und weiteren Organen ablagern und zu schweren Lungen-, Herzklappen- und anderen körperlichen Schädigungen führen. Tabletten können nicht intravenös konsumiert werden ohne erhebliche Risiken.

Risiken reduzieren

- **Beikonsum vermeiden!**
- **Substitutionsmedikamente nicht spritzen!** Wenn es doch sein muss, lange aufkochen und anstatt herkömmlicher Filter, die Tablettenzusatzstoffe nicht ausreichend filtern, medizinische Filter(-spitzen) verwenden! Die **Tablettenüberzüge nicht durch Ablutschen entfernen**, sondern durch Abreiben mit nassen Tupfern.
- Durch **lange Konsumpausen** verringerst du das Risiko einer Abhängigkeit.
- Der Reinheitsgrad bei Substitutionsmittel ist sehr hoch – **dosiere vorsichtig!**

Anmerkung: Einige Substitutionsmedikamente sind mit **Naloxon** kombiniert **und können nicht gespritzt werden.**

Benzodiazepine/Tranquilizer



Benzodiazepine/Tranquilizer

Beschreibung

Tabletten, manchmal eingefärbt. Konsumform: geschluckt, seltener gespritzt, gesniff.

Wirkung

Wirkungseintritt: je nach Substanz nach 10 – 30 Minuten, gespritzt schneller

Wirkungsdauer: je nach Substanz wenige bis viele Stunden
Beruhigung, Entspannung, Verlangsamung, Schlafförderung, Angstreduktion, Müdigkeit, Herabsetzung der Atmung

Risiken

- hohes Abhängigkeitspotenzial
- Gefahr von Überdosierung in Kombination mit Alkohol und/oder Opiaten
- bei längerem Gebrauch: Persönlichkeitsveränderung, Gedächtnisstörung oder „Wirkungsumkehr“ (Aggression, Erregung)
- Tabletten sind zum Schlucken gemacht und nicht zum Spritzen! Tablettenzusatzstoffe wie Lactose, Glucose, Saccharose, Stärke, Calciumsulfat, Talkum oder

mikrokristalline Cellulose können sich, wenn sie gespritzt werden im Blutkreislauf, in der Lunge und weiteren Organen ablagern und zu schweren Lungen-, Herzklappen- und anderen körperlichen Schädigungen führen.

Tabletten können nicht intravenös konsumiert werden ohne erhebliche Risiken.

Risiken reduzieren

- Benzodiazepine grundsätzlich **nicht mit anderen „Downern“ (Alkohol, Opioiden, etc.) kombinieren!**
- **Tabletten nicht spritzen!** Wenn es doch sein muss, lange aufkochen und anstatt herkömmlicher Filter, die Tablettenzusatzstoffe nicht ausreichend filtern, medizinische Filter(-spitzen) verwenden! Die Tablettenüberzüge nicht durch Ablutschen entfernen, sondern durch Abreiben mit nassen Tupfern.
- Benzodiazepin-Konsum nur **langsam reduzieren**, da ansonsten Gefahr von epileptischen Anfällen besteht.

Drug Checking



Drug Checking – lass deine Substanzen im Labor testen!

- Verlass dich nicht auf Pillenlogos, Pillenfarbe etc.!
- Die Reinheit einer Substanz bzw. mögliche Streckmittel sind optisch nicht erkennbar!
- Dein Geschmackssinn lässt bei häufigerem Konsum nach – orientiere dich nicht am Geschmack!
- Gewissheit über die Reinheit und Zusammensetzung deiner Substanz kann dir nur ein Labortest geben – nichts und niemand sonst!

Bei der **Drogenarbeit Z6** kannst du deine Substanzen im Labor auf Inhaltsstoffe, Verunreinigungen und Reinheit testen lassen – völlig **anonym, vertraulich und kostenlos!**

Wann: Jeden Montag, **17.30–20.30 Uhr** (keine Voranmeldung erforderlich) oder nach Vereinbarung.

Wo: **Drogenarbeit Z6**, Dreieiligenstraße 9, Innsbruck, Eingang beim Eisentor



Alle Infos zum Drug Checking:
www.drogenarbeit6.at

Beratungseinrichtungen in Tirol

- **Caritas Drogenarbeit**

Gesundheitsinformation, Safer Use-/Safer Sex Beratung, Spritzentausch, anonym und kostenlos sowie eine Notschlafstelle für DrogenkonsumentInnen und SubstitutionspatientInnen
www.caritas-tirol.at/hilfe-angebote/menschen-mit-suchterkrankungen/

- **Drogenarbeit Z6 (Drogenberatung und MDA basecamp):**

Information, Beratung und Begleitung von Jugendlichen, jungen Erwachsenen und deren Freunden und Angehörigen, Drug Checking. Anonym – vertraulich – kostenlos
www.drogenarbeitz6.at

- **Suchtberatung Tirol**

Die Suchtberatung Tirol bietet anonyme, kostenlose Beratung von Personen mit Drogen- und Suchtproblemen sowie SubstitutionsklientInnen, deren Angehörige und Bezugspersonen in Innsbruck und allen Tiroler Bezirken an.
www.suchtberatung.at

Impressum | Herausgeber: Drogenarbeit Z6

Dreiheiligenstraße 9, 6020 Innsbruck | Mail: zentrale@drogenarbeitz6.at

Redaktion: Drogenarbeit Z6, Manuel Hochenegger | Caritas Drogenarbeit, Wolfgang Gratzel

Mit Unterstützung von: kontakt+co Suchtprävention Jugendrotkreuz

Caritas



Unterstützt
von

