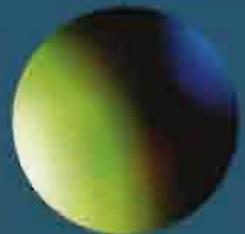


Dear Eve & Rave,

jede Party geht einmal zu Ende. Es tut gut, sich ab und zu über den Stellenwert von Parties und über die Bedeutung von Drogen, Musik und Tanz im Leben Gewißheit zu verschaffen.

Am Ende einer intensiven Phase des Partylebens zählt, ob Du FreundInnen gewonnen hast,



Wenn der Mond voll ist,
nimmt er ab.
(Chinesisches Sprichwort)

mit denen Du Dich persönlich weiterentwickeln könntest und auf die Du Dich verlassen kannst. Ich denke darüber nach, welche positiven und negativen Veränderungen ich durchlebt habe und was ich aus meinen Erfahrungen machen kann. Wenn Ihr irgendwann das Gefühl habt: Das ist es jetzt nicht mehr, weil z.B. ein neuer Traum beginnt, laßt es mich wissen...

rave safe, H. A.

Kontakt- und Informationsstelle vor Ort

Adressen:

Eve & Rave e.V. Berlin
PSF 5
D-10039 Berlin
Telefon 0177/274 79 84



AIDS-Hilfe NRW e.V.
Projekt Herzenslust
Hohenzollernring 48
D-50672 Köln
Telefon 0221/92 59 96-0
Fax 0221/92 59 96-9
Email AIDS-Hilfe.NRW@t-online.de



Eve & Rave NRW e.V.
c/o AIDS-Hilfe NRW e.V.
Telefon 0221/510 16 04
oder 0221/32 46 06

Eve & Rave Münster
(Projekt der AIDS-Hilfe Münster e.V.)
Herwarthstraße 2
D-48143 Münster
Telefon 0251/4 30 31
Fax 0251/4 30 19

Eve & Rave e.V. Kassel
Tischbeinstraße 23
D-34121 Kassel
Telefon und Fax: 0561/28 28 98

Eve & Rave Schweiz
Ritter Quai 1
Postfach 140
CH-4502 Solothurn
Telefon 0041/32/621 89 45
Fax 0041/32/621 89 47

safer-use-info zu:
ecstasy, speed,
kokain, lsd und zauberpilzen

PARTYDROGEN '97
partydrogen

PARTYDROGEN

Nicht wenige nehmen zum Relaxen am Wochenende Partydrogen, ohne deren Risiken zu kennen. In der Bundesrepublik haben seit 1989 schätzungsweise inzwischen ca. vier Millionen Personen Erfahrungen mit dem Konsum von Partydrogen gemacht.

Wir wissen nicht, wieviele es erlebt haben:

- » Spaß an Technomusik
- » Tanzen und Schwitzen
- » Abfahrt mit Partydrogen
- » Gut drauf sein und eine geile Party haben.

Viele verbringen so ihr Wochenende, doch der Zauber der Nacht hat wie alles im Leben seine Schattenseiten:

- » Abtörnende Musik
- » Crash-down beim Dauertanzen
- » Absturz mit Partydrogen
- » Schlecht drauf sein und eine langweilige Party haben.

Niemand kann eine gute Stimmung, ein super Tanzfeeling oder eine geile Party durch Drogen erzwingen. Es gibt jedoch immer wieder Situationen, die zu der Annahme verleiten, schlechte Stimmungen durch mehr Drogenkonsum wegmanipulieren zu können. Kaum einer hat gelernt, mit solchen Situationen sicher umzugehen.

Ecstasy, Speed, Kokain, LSD und Zauberpilze gehören heute zu den meistgebrauchten Partydrogen, die jeweils besondere Risiken und Nebenwirkungen haben.

Die Illegalisierung erschwert eine sachgerechte Aufklärung und fördert riskante Konsumpraktiken wie Mischkonsum und Überdosierung. Dadurch führte der Umgang mit Partydrogen in immer mehr und mehr Einzelfällen zu ernsthaften gesundheitlichen Schadenserfahrungen. Deshalb wollen wir über die Risiken beim Konsum von Partydrogen informieren.



inhalt

Partydrogen 2 | Inhalt 3 | Freitag, Samstag, Sonntag -> Montag 4-5 |
 Drogenwirkung und Gehirnfunktionen 6-7 | Wirkungsprisma der Partydrogen 8 | Ecstasy 9-10-11-12-13 | Speed 14-15 | Kokain 16 | LSD und Zauberpilze 17-18-19-20-21 | Drogenwirkung, Kommunikation und Partykultur 22-23 | Chill out 24-25 | Was tun im Notfall 26-27 | Drogen und Recht 28-29 | About Eve & Rave 30 | Impressum 31 | Adressen 32

Freitag, Samstag, Sonntag → Montag,

Es gibt kein Patentrezept, wie man gut draufkommt am Wochenende. Aber soviel ist klar:
Wenn Du selbst nicht in guter Verfassung bist, helfen Dir erst recht keine Drogen.

Drogen verstärken nur die positiven und negativen Stimmungen, die Du schon in Dir hast. Wenn Du also am Wochenende tanzen willst und Drogen nimmst, halte Dir diese Tage frei und mach' Dir klar, wie es Dir heute geht. Laß' Dir Zeit für Deine Party und verabrede keine wichtigen Termine.

Geh' nicht ohne Freunde aus und nimm erst recht keine Partydrogen ohne Beisein von FreundInnen, zu denen Du Vertrauen haben kannst. Mach Dir vorher klar, was Du mit der Drogenwirkung anfangen möchtest. Nimm alle Partydrogen in möglichst großen Zeitabständen und laß den Drogenfilm nicht zur Routine werden.



Bedenke:

- » Der Erwerb, Handel und Besitz von Drogen ist strafbar.
- » Alle, die unter den Bedingungen des Schwarzmarktes Drogen kaufen und nehmen, tragen ein schwer kalkulierbares gesundheitliches und rechtliches Risiko.
- » Kauf nicht sofort die erste Tablette, das erste Pulver, den ersten Trip, der Dir angeboten wird.
- » Vorsicht bei Schnäppchen: Umsonst scheint nur die Sonne.
- » Erkundige Dich erst nach den Wirkungen, der verträglichen Dosierung und verhalte Dich kritisch.
- » Bei Ecstasy in Kapseln, Speed und Kokain kann jeder Zwischenhändler den Wirkstoff strecken.
- » Bei LSD merkst Du frühestens nach zwei Stunden, wieviel Wirkstoff auf der Pappe war.
- » Die verschiedenen Zauberpilzarten variieren stark in ihrem Wirkstoffgehalt.



Drogenwirkungen und Gehirnfunktionen

Dein Gehirn besteht aus ca. 100 Milliarden (10¹¹) Nervenzellen. Jede Nervenzelle ist an 1.000 bis 10.000 Stellen mit anderen Nervenzellen verschaltet. Die Schaltstellen nennt man Synapsen.

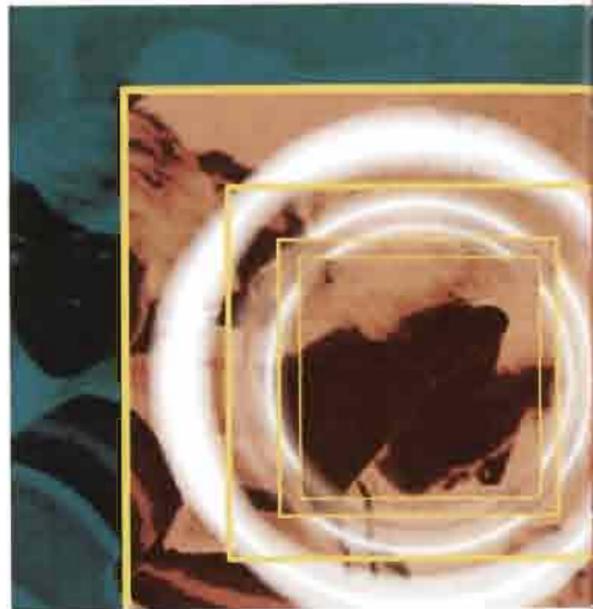
Drogen greifen an den unterschiedlichsten Synapsen an und verändern hier die chemische Signalübertragung. Im Gegensatz zu dem alles zersetzenden Alkohol binden sich die hier besprochenen Drogen ganz gezielt an bestimmte Rezeptoren, auf die sie passen wie ein Schlüssel in ein Schloß. Dadurch werden ganz spezielle Gehirnfunktionen aktiviert:

Ecstasy

bewirkt vor allem eine vermehrte Freisetzung des Botenstoffes Serotonin im Gefühlszentrum, Temperatur-Regulationszentrum und Schlaf-/Wachzentrum.

Speed und Kokain

erhöhen die Konzentration von Noradrenalin (Botenstoff des Leistungssystems) und Dopamin (Botenstoff des Belohnungssystems sowie der Ich-Empfindung).



LSD und Zauberpilze

simulieren die Serotoninwirkung in bestimmten Gehirnregionen und öffnen dadurch die Eingangspforte zur Großhirnrinde: Es kommt zu einer Veränderung des Bewußtseins und der sinnlichen Wahrnehmung.

6

Drogen wirken bei jedem und jedesmal anders!

Welche Wirkung Du beim Drogengebrauch wahrnimmst, hängt auch wesentlich von Deiner Erwartungshaltung, Deiner körperlichen Verfassung, Deiner Stimmung und der Atmosphäre, die Dich umgibt, ab.

Drogen können einen Einblick in Deine außergewöhnlichsten geistig-seelischen Fähigkeiten ermöglichen, aber auch Ängste und Konflikte in Dir aufdecken. Sie aktivieren in Deinem Gehirn Stoffwechselprozesse, welche die verschiedensten psychischen Zustände steuern, die unter Umständen als angenehm und erstrebenswert empfunden werden. Darin liegt ein Risiko bei ihrer Anwendung.

Bei einer lang andauernden oder zu hoch dosierten Anwendung gerät Dein Gehirn und damit Deine Psyche aus dem Gleichgewicht. Es kann dann zu psychischen Störungen, Fehlverhalten bis hin zu Abhängigkeiten, Depressionen oder schizophrenieähnlichen Psychosen kommen. Auch haben einige Drogen unerwünschte Wirkungen auf Organe wie Herz, Leber und Nieren.

Der heute übliche Mischkonsum verschiedener Drogen kann Dich in eine Spirale gegensätzlicher Gefühlszustände mit paradoxen Wirkungen hineinziehen, vermindert zudem die spezielle Drogenwirkung und macht das gesundheitliche Risiko schwerer kalkulierbar.

Wer unter chronischen oder akuten Krankheiten leidet und/oder mit Medikamenten behandelt wird, sollte auf keinen Fall Drogen gebrauchen.

7

Wirkungsprisma der Partydrogen

Ecstasy ist eine Harmoniedroge.

LSD und Zauberpilze sind psychedelische und halluzinogene Drogen.

Kokain ist eine Egodroge.

Speed ist eine lang wirksame Leistungdroge.

Haschisch und Gras sind Entspannungsdrogen.

Alkohol ist eine (meist dumpfe) Geselligkeitsdroge (ca. 40.000 Tote pro Jahr in Deutschland).

Nikotin ist eine Abhängigkeitsdroge (ca. 111.000 Tote pro Jahr in Deutschland).



Ecstasy und Speed gehören neben Alkohol, Nikotin und Haschisch zu den am häufigsten konsumierten Partydrogen. Unter dem Etikett Ecstasy werden alle möglichen Substanzen unterschiedlichster Qualität, Quantität und Wirkung auf dem Schwarzmarkt angeboten. Dementsprechend breit gestreut sind die Schwankungen der Positiv- und Negativerfahrungen beim Ecstasygebrauch.

The Ecstasy (Amphetamin-Derivate)

Unter dem Begriff „Ecstasy“ werden hauptsächlich die folgenden drei Wirkstoffe verstanden:

MDMA ist ein Amphetaminderivat mit empatischer (In andere Menschen einfühlend), entactogener (aus dem Innern heraus Gefühle erzeugend und verstärkend), leicht antriebssteigernder und schwach halluzinogener Wirkung (optische und akustische Reize werden intensiviert bzw. verändert). Wirkdauer: ca. 3 bis 5 Stunden; die Wirkdosis wird mit 1,0 bis 1,5 mg MDMA je kg Körpergewicht angegeben.

MDEA ist ein Amphetaminderivat mit entactogener, leicht empatischer und schwach halluzinogener Wirkung, wirkt kürzer (2 bis 3 Stunden) und gibt weniger „(Tanz-)Energie“ als MDMA.

MBDB ist eine MDMA-ähnliche Substanz mit hauptsächlich entactogener Wirkung. Es weist kaum halluzinogene und antriebssteigernde Eigenschaften auf und gilt ebenso wie MDEA als kaum noch neurotoxisch. Wirkdauer: 4 bis 5 Stunden.

Eve & Rave vermittelt regelmäßig die Untersuchung von Ecstasy-Tabletten. Von den 142 Proben, die im Zeitraum Frühjahr 1995 bis Herbst 1996 untersucht worden sind, enthielten 132 Proben (= 93%) tatsächlich Ecstasy (MDMA: 57%; MDEA: 29,5%; MBDB 1,5%). In fünf Pillen war Speed und weitere fünf Pillen waren Blender ohne Wirkstoff. Niemals wurde Rattengift, Strychnin oder Heroin in als Ecstasy angebotenen Pillen gefunden. Ein reales Problem stellt aber die Dosierung dar: Diese schwankte zwischen 50 und 250 mg reinem Ecstasy-Wirkstoff. Auf keinen Fall läßt sich die Tendenz beobachten, daß die Pillen immer schwächer oder schlechter werden. Falls sich bei Dir die Wirkung der Pillen trotzdem abgeschwächt oder verändert hat, liegt das wahrscheinlich weniger an der Qualität des Ecstasys, sondern eher am Zustand Deiner Psyche und somit Deiner Gehirnchemie – in solchen Fällen sind unbedingt Konsumpausen von mehreren Wochen einzuhalten! Wer ungetestete Pillen konsumiert, macht sich zum blinden Versuchskaninchen.

Listen mit Ecstasy-Testergebnissen kannst Du bei allen AIDS-Hilfen einsehen, bzw. im Internet abfragen.

<http://www.meb.uni-bonn.de/giftzentrale>

Nach oraler Einnahme wird MDMA im Dünndarm resorbiert und gelangt in den Blutkreislauf. Damit verteilen sich die 310 Trillionen ($3,1 \times 10^{14}$) Moleküle, die in einer 120-mg-MDMA-Pille enthalten sind, im ganzen Körper. Nur ein kleiner Teil dieser MDMA-Moleküle erreicht tatsächlich Dein Gehirn. Einige von diesen gelangen in das Gefühlszentrum, wo sie an ganz bestimmten Bindungsstellen andocken. Zu diesen Rezeptoren passen die MDMA-Moleküle wie der Schlüssel zu einem Schloß. Nun passiert zweierlei: Ein Teil der MDMA-Moleküle dringt in die Nervenzelle ein und bewirkt eine Ausschüttung der körpereigenen Gefühlsdroge Serotonin aus ihren Speichern. Der andere Teil verhindert die Serotonin-Wiederaufnahme in die Nervenzellen. Dadurch sind die Synapsen regelrecht serotoninüberflutet und der E-Film beginnt zu laufen: Ca. 30 Minuten nach Einnahme kann es zu Erhöhung der Herzfrequenz, Unruhe, Übelkeit, Erhöhung der Körpertemperatur und verstärktem Atem kommen.

→ Wie wirkt Ecstasy? _____

Diese Anfangssymptome verschwinden in der Regel nach wenigen Minuten und Du fühlst Dich leicht und unbeschwert, ein wohliges Körpergefühl breitet sich aus: Der Kreislauf hat sich auf die E-Wirkung eingestellt.

Das Seh- und Hörvermögen verändert sich. Du kannst einen trockenen Mund bekommen. In Deinen Armen, Fingern und Beinen kommt es zu einem leichten Kribbeln. Der Appetit geht gegen Null.

Ecstasy hat in der Regel eine tranceartig entspannende und zugleich psychisch stimulierende Wirkung. Harmonie- und Zärtlichkeitsgefühle dominieren gegenüber Angst- und Aggressionsgefühlen. Ecstasy steigert meistens das Ich-Gefühl und öffnet Dein Herz. Deshalb kann man gut auf sich selbst und andere Leute abfahren.

Nach 3 bis 5 Stunden klingt die Wirkung ab. Der E-Film ist jetzt zu Ende und Du solltest das einfach akzeptieren und nicht „nachlegen“. Deine Serotoninspeicher sind weitgehend geleert und müssen erst wieder mühsam gefüllt werden, so daß die Ecstasy-Wirkung von Pille zu Pille schwächer wird. Man sagt, es hat sich eine Toleranz ausgebildet. Beim Abklingen der E-Wirkung nachzuliegen, kann zu einer blöden Verpeilung (Desorientierung) führen. Die volle E-Wirkung wird schätzungsweise erst nach 6 bis 12 Wochen „Pillenpause“ wieder erreicht.

Sex auf Ecstasy?

Das Berührungsempfinden, Zärtlichkeit und der Wunsch nach Nähe dominiert, die aktive Potenz ist meist reduziert.

Wenn Sex, dann beim Verkehr mit Kondom!

→ Risiken und Nebenwirkungen

Hitzschlag

Da durch die Ecstasy-Wirkstoffe einerseits die Körpertemperatur hochreguliert wird und andererseits die Warnsignale des Körpers wie Erschöpfung und Durst nicht mehr wahrgenommen werden, kann es nach stundenlangem ekstatischen Tanz ohne ausreichende Zufuhr von alkoholfreien Getränken zum Kreislaufkollaps mit im Extremfall tödlichem Ausgang kommen.

Ecstasy-Kater

An den Tagen nach der Einnahme von Ecstasy, besonders nach durchgefeierten Wochenenden, kann es zu Depressionen, Konzentrationschwäche, Schlafstörungen, Appetitlosigkeit, also zu einem allgemeinen „Durchhängen“, kommen.

Organschäden

Die Gefahr eines akuten und chronischen Leberversagens wird diskutiert. Herzversagen kann bei vorgeschädigten Personen bzw. Überdosierung und Mischkonsum mit anderen Drogen auftreten. Die Muskulatur kann sich auflösen und die so freigesetzten Proteine können die Nieren schädigen. In wissenschaftlichen Publikationen wird die Neurotoxizität von Ecstasy kontrovers

diskutiert. Aus Tierversuchen gibt es Hinweise, daß es nach wiederholter Gabe hoher MDMA-Dosen zu einer Serotonin-Verarmung des Gehirns kommen kann und bestimmte serotoninhaltige Nervenzellen ihre Aktivität einschränken. Es ist aber derzeit nicht geklärt, ob dieser Effekt mit einer Beeinträchtigung der intellektuellen und emotionalen Fähigkeiten einhergeht oder ob sich die Zellfunktionen nach einer ausreichenden Konsumpause wieder voll regenerieren.

E-Film und „Partysucht“

Ecstasy-Konsum führt nicht zu einer körperlichen Abhängigkeit. Es besteht jedoch die Gefahr einer gewissen psychischen Abhängigkeit. Die Gedanken an die überwältigenden Glücks- und Liebesgefühle, die man nach den ersten E-Filmen in Verbindung mit der Erlebniswelt Technoparty verspürt, lassen einige User für einen gewissen Zeitraum nicht mehr los und motivieren sie, Ecstasy wiederholt und womöglich in höheren Dosen zu nehmen. Die Party am Wochenende wird zum Lebensmittelpunkt, die Szene zur Familie und der Club zum Zuhause. Die Realitäten des „grauen“ Alltags rücken in immer weitere Ferne. Einige vernachlässigen dann Lehre, Schule oder Beruf und schmeißen ihre ganze Ausbildung hin.

→ safer use

Minimalregeln zur Risikovermeidung für Ecstasy-User

- » Drogenkonsum ohne Risiko gibt es nicht.
- » Laß Deine Pille anonym testen, damit Du weißt, was Du für einen Stoff hast.
- » Informiere Dich über verträgliche Dosierungen und Wirkungen.
- » Grundsätzlich Drogen gering dosieren und nicht kombinieren. Das heißt z.B., zu Ecstasy kein Speed nehmen und kein Alkohol dazu trinken.
- » Erst eine viertel oder halbe Ecstasy probieren, bevor Du vielleicht später eine ganze nimmst.
- » Bei Ecstasygebrauch auf Tanzparties ausreichend Mineralwasser, Cola, milde Säfte oder Tee trinken, damit Du nicht durch Deinen erhöhten Flüssigkeitsverbrauch austrocknest.
- » Mache beim Dauertanzen auf E Pause zum Frischluft tanken, damit Du keinen Hitzschlag erleidest. Schütze Dich dabel vor Zugluft.

- » Hast Du eine Toleranz gegenüber der von Dir geschätzten Ecstasywirkung entwickelt, lege eine Pillenpause von mindestens einem Monat ein.
- » Mehr als zwei Ecstasys an einem Wochenende zu nehmen ist nutzlos, weil Deine körpereigene Neurochemie (Serotoninproduktion) Zeit braucht, um wieder auf Ecstasy zu reagieren.
- » Kannst Du die drogenfreie Zeit nicht aushalten, frage Dich ehrlich, was Dir wirklich fehlt und sprich darüber mit FreundInnen, zu denen Du Vertrauen hast.
- » Soweit Du beabsichtigst, Ausbildung oder Beruf hinzuschmeißen, solltest Du vorher mit anderen darüber sprechen und für einige Wochen Abstand von Deinem Partyleben gewinnen (auch wenn das verdammt schwer fällt), um über Dich, Dein Leben und Deine Zukunft in Ruhe nachdenken zu können.

SPEED

(Amphetamine)

Unter Speed versteht man Zubereitungen, die das vollsynthetische Amphetamin oder Methamphetamin enthalten. Meistens wird Speed als weißes Pulver angeboten. Es ist ein stark aufputschendes und stark appetitzügelndes Psychostimulans. Die meisten Partyleute nehmen Speed, um nachts fit zu bleiben und durchzuraven. Sie machen häufig den Fehler, daß sie überdosieren und noch wach sind, wenn die Party bereits zu Ende geht. Du solltest wissen, daß der Schlafentzug, die physische Belastung bei Dauertanz in zumeist schlechter Luft und Ecstasykonsum Deinen Körper bereits extrem belasten.

Viele nehmen leider mehr als zwei Lines an einem Abend und wundern sich über den körperlichen und psychischen Zusammenbruch am Sonntagabend oder montags, wenn Husten, Heiserkeit, Depressionen etc. im Anmarsch sind.

Drei Tage auf Speed ohne Schlaf und ohne ausreichend zu essen bedeutet eine extrem hohe Belastung für Deinen Körper. Speed bewirkt, daß Deine Körpertemperatur erhöht und die Körpersignale wie Müdigkeit, Hunger, Durst und Schmerz fast völlig ausgeschaltet werden.

Dealer fügen dem Speed häufig Streckmittel hinzu, so daß der Amphetamingehalt erheblich schwankt: In den von Eve & Rave zur Analytik gegebenen Untersuchungsproben (Zeitraum 1996) bewegte sich der Amphetamingehalt zwischen 11% und 83%! Kristallspeed enthält 100% Amphetamin! Beim „Ziehen“ einer zu „fetten Line“ kann es so leicht zu gefährlichen Überdosierungen kommen.

Speedwirkstoffe setzen aus den Nervenzellen des Leistungssystems im Gehirn die körpereigene „Leistungsdroge“ Noradrenalin frei. Außerdem kommt es zu einer Dopaminfreisetzung, was zu einem gehobenen Selbstwertgefühl führt.

Weil Speedwirkstoffe nur langsam vom Körper abgebaut und ausgeschieden werden, wirken sie sehr lange: Amphetamin 8 - 12 Stunden; Methamphetamin bis zu 30 Stunden.

Nebenwirkungen

Wenn Du die Nebenwirkungen von Speed wie z.B. Hypernervosität, Speedpickel, Auslösen von Psychosen, Herzschäden und Gereiztheit bei chronischem Konsum, Gliederschmerzen etc. bedenkst, hat Speed eine stark auszehrende Wirkung.

Speed auf Ecstasy killt die E-Wirkung.

Es ist keine gute Idee, nach einem durchgefeierten Partywochenende Deine „Montagsdepressionen“ durch Speed kompensieren zu wollen. Du läufst damit Gefahr, den Drogenkonsum in den Alltag zu verschleppen und Dich von Speed abhängig zu machen.

Bei Speed-Gebrauch kommt es schnell zur Toleranzbildung.

KOKAİN in

Kokain gilt als Leistungs- und Ego-droge: Es mindert Müdigkeit, Hunger und Durst und verleiht ein Gefühl der Euphorie und Stärke. Man fühlt sich nahezu unschlagbar; Menschen mit Selbstwertproblemen tragen ein besonders großes psychisches Abhängigkeitsrisiko.

Kokain erhöht die Konzentration der körpereigenen Droge Dopamin (durch Blockade der Wiederaufnahme in die Nervenzelle). Dopamin steht im Zentrum des Belohnungssystems des Gehirns, das heißt, es löst eine Reihe von Gehirnfunktionen aus, die mit belohnenswerten Aktionen wie Sozialverhalten, Essen, Trinken und Sex in Verbindung gebracht werden. Durch Kokain wird also das Gehirn belohnt, ohne daß es sich der Konsument vorher verdienen mußte. Darum besteht die Gefahr, daß bei häufiger Anwendung das Sozialverhalten verlernt wird. Dauerkokser werden häufig als unsensibel, aggressiv und asozial erlebt.

Das Sexualverhalten nach Kokainkonsum ist individuell sehr verschieden und stark situationsabhängig: Kokain kann sowohl Potenzrakete als auch Lustkiller sein.

Beim Entzug von Kokainabhängigen kommt es zu schweren Depressionen, begleitet von der Unfähigkeit, Lust zu empfinden.

Bei Dauerkoksern verstärken sich mit zunehmenden Kokainkonsum die Nebenwirkungen:

- » Psychische Störungen wie Stimmungsschwankungen; Gereiztheit, Aggressionsausbrüche und unbegründete Ängste
- » Veränderung des Bewegungsverhaltens wie Hyperaktivität, nervöse Zuckungen und stereotype Bewegungen
- » Körperlicher Abbau wie Krampfanfälle, Zittern, Leberschäden, Herzrhythmusstörungen und im Extremfall Herzinfarkt oder Hirnschlag.

In untersuchten Kokainproben lag der durchschnittliche Wirkstoffgehalt bei 50% (min. 30%; max. 80%).

Halluzinogene LSD und Zauberpilze

LSD und Zauberpilze erleben in der Techno- und Partykultur in letzter Zeit einen regelrechten Boom.

Halluzinogene lösen fundamentale Veränderungen Deines Bewußtseins, Deiner Ich-Empfindung und der Wahrnehmung Deiner Umwelt aus. Dein Gehirn wird durch die Wirkung der Halluzinogene künstlich in jenen tranceartigen Zustand versetzt, der normalerweise beim Träumen auftritt, und trotzdem befindet es sich für viele Stunden in einem fast unglaublichem Wachzustand.

Halluzinogene intensivieren und verfremden Deine sinnliche Wahrnehmung, Du bist intensiven optischen Halluzinationen ausgesetzt. Die von den Augen wahrgenommene Umwelt wird von Deinem Gehirn in andere Formen, Farben und Bilder uminterpretiert. Auch Deine Gehör-, Geruchs-, Geschmacks- und Tastwahrnehmungen sind zum Teil stark verändert. Es kann zu Synästhesien kommen, das sind Überlagerungen Deiner Sinne: Du glaubst dann beispielsweise, Töne in besonders bunten Farben zu sehen und Musik zu erfüllen.

Deine Stimmung und Deine Gefühle verändern sich z.T. abrupt: Fröhliches Kichern kann schnell in Angst und Entsetzen umschlagen und umgekehrt.

Dein Körpergefühl ist verändert: Von einem leichten schwebenden Gefühl, über Gleichgewichts- und Orientierungsstörungen bis hin zu dem Gefühl, vom Körper völlig losgelöst zu sein. Zu tragischen Unfällen kam es, weil Menschen unter halluzinogenem Einfluß glaubten, fliegen zu können und aus Hochhäusern oder von Brücken sprangen.

Die Raum-Zeit-Beziehungen beginnen sich aufzulösen: Du glaubst z.B. in einem Film mitzuspielen, der vor einiger Zeit an einem völlig anderen Ort gedreht wurde und fühlst Dich womöglich für Dein gegenwärtiges Handeln nicht mehr verantwortlich.

Außerdem haben alle Halluzinogene eine stark psychedelische (die Seele offenbarende) Wirkung: Erlebnisse, die in der Tiefe Deines Unterbewußtsein abgelegt waren, werden Dir auf

einmal wieder bewußt. Du kannst sie zu Bildern und Wachträumen transformieren. Banale Erscheinungen bekommen für Dich tiefgreifende Bedeutung und Du siehst Zusammenhänge, die Dir nüchtern betrachtet verborgen bleiben oder als bedeutungslos erscheinen. Das Wiedererleben von traumatischen Erlebnissen oder verdrängten Negativ-Erfahrungen kann Dich auf einen Horror-Trip schicken: Personen oder Gegenstände aus Deiner Umgebung werden dann z.B. als bedrohliche Monster wahrgenommen.

Sowohl LSD als auch Zauberpilze führen schnell zu einer Toleranz-Ausbildung, d.h., nach ein- bis zweimaligem Konsum innerhalb von 1-2 Tagen wird die gleiche Wirkung anschließend erst bei einer viel höheren Dosis erreicht. Die Toleranz ist nach ca. einer Woche Abstinenz wieder aufgehoben.

Auf halluzinogenen Reisen ist die Lust auf Sex häufig sehr stark ausgeprägt. Liebesspiele und Orgasmus werden in einer neuen Dimension erlebt. Die Bereitschaft zu riskanteren Sexualpraktiken (bezüglich der HIV- und Hepatitis-Übertragung) ist gesteigert. Ob und wie Sex auf diesen Drogen praktiziert wird, sollte unbedingt vorher besprochen und entsprechende Safer-Sex-Praktiken am besten schon mal nüchtern und immer mit Kondom trainiert werden.

→ LSD

(Lysergsäurediethylamid)

LSD ist ein halbsynthetischer Wirkstoff, der bis zu seinem weltweiten Verbot als Mittel zur Unterstützung in der Psychotherapie eingesetzt wurde.

LSD wird meist in Form von Papiertrips (z.B. mit Comicmotiven) auf dem Schwarzmarkt angeboten. Auf einem Trip sind durchschnittlich 80 Mikrogramm (Mikrogramm = 1 millionstel Gramm) LSD aufgeträufelt. Der Gehalt der Trips kann aber zwischen 25 und 200 Mikrogramm LSD schwanken. Besonders hoch dosiert sind meistens Mikrotabletten („Micros“). Sie enthalten durchschnittlich 250 Mikrogramm LSD.

Die maximale LSD-Wirkung ist erst 2 bis 4 Stunden nach Einnahme erreicht. LSD wirkt 10 Stunden und länger.

→ Zauberpilze

(Psilos, magic mushrooms)

Zauberpilze wachsen fast auf der ganzen Welt und gelten als die ältesten Kulturdrogen der Menschheit. Sie wurden und werden zumeist bei spirituellen Zeremonien verwendet.

Zauberpilze enthalten die psychoaktiven Verbindungen Psilocybin und Psilocin. Der Gehalt an diesen Halluzinogenen schwankt bei getrockneten Pilzen zwischen 0,1% und 2% (bezogen auf das Trockengewicht). Die übliche Dosis liegt bei 10 bis 20 mg Psilocybin, das entspricht einem halben bis einem Gramm getrockneter bzw. 5 bis 10 Gramm frischer Pilze.

Die maximale Zauberpilz-Wirkung ist frühestens nach 2 Stunden erreicht und klingt nach 4 bis 5 Stunden wieder ab.

Ein besonderes Risiko beim Gebrauch von Zauberpilzen ist die Verwechslung mit einer giftigen Pilzart. Darum sollte immer ein Exemplar der konsumierten Pilze aufbewahrt werden. Dieses dient dann ggf. zur Artbestimmung. Frisch geerntete Pilze halten sich in ungetrocknetem Zustand nur einen Tag, danach kann es durch zersetztes Pilzeiweiß zu Übelkeit und Erbrechen kommen.

Unterschied zum LSD-Trip:

Durch die deutlich kürzere Wirkdauer ist die Reise mit den Zauberpilzen leichter steuerbar. Die Gefahr „schlecht draufzukommen“ (Horrortrips) ist bei Pilzen deutlich geringer als bei LSD. Psilocybin bewirkt eine meist stabile positive Gefühlsfärbung, d.h., abrupte Stimmungsumschwünge sind vergleichsweise seltener und es führt zu einer geringeren Bedrängnis beim Wiedererleben verdrängter Konflikte. Der Abtun und die Regeneration von der Wirkung der Zauberpilze erfolgt schneller und wird als weicher empfunden.

→ Risiken und Nebenwirkungen

Körperliche Nebenwirkungen

LSD- und Zauberpilz-Konsum führen zu keinen Organschäden. Auch die Behauptung, LSD führe zu Erbgutveränderungen, ist eindeutig widerlegt. Besonders in der Anfangsphase der halluzinogenen Reise kann es aber zu Atembeschwerden, Herzrasen, verändertem Blutdruck und Schweißausbrüchen in Folge einer erhöhten Körpertemperatur kommen.

Psychische Risiken

Die Risiken beim Halluzinogengebrauch liegen eindeutig im psychischen Bereich und sind von der Persönlichkeitsstruktur der User abhängig: Während Menschen ohne größere psychische Probleme von positiven Erfahrungen und einmaligen Erkenntnissen berichten, fanden sich Menschen, die unbewältigten Probleme vor sich herschieben, Ich-schwache Menschen oder Menschen mit der Anlage zu einer Psychose bereits nach einmaliger Halluzinogen-Anwendung in der Psychiatrie wieder.

Es kann zum LSD-flash-backs kommen, zu Selbstüberschätzung, Panikanfällen und Horrortrips sowie zur Auslösung von verdeckten Psychosen.

Ein Risiko bei LSD-Gebrauch besteht darin, auf LSD „hängenzubleiben“!

Persönlichkeitsverlust: Die Grenzen zwischen dem eigenen Ich und anderen Personen und zur Umgebung beginnen sich aufzulösen. Man glaubt, in eine andere Person überzugehen oder mit seiner Umwelt regelrecht zu verschmelzen.

Kontakt- und Realitätsverlust: Dauerverpeilte haben oftmals Schwierigkeiten, ihr Leben geregelt zu bekommen: Das Aufrechterhalten von sozialen Bindungen, Arbeiten, Miete zahlen etc. kann dann zum unlösbaren Problem werden.

→ safer use

- » **Bereite Dich auf eine psychedelische Reise geistig sehr gut vor und überlege Dir genau, was Du damit eigentlich erreichen willst.**
- » **Bei der Anwendung von psychedelischen und halluzinogenen Drogen ist es extrem wichtig, daß Du Dich in der Konsum-Atmosphäre wohl fühlst und vor allem zu den Dich dabei umgebenden Menschen ein vertrauensvolles, humanisches Verhältnis hast. Du darfst keine Angst, aber ausreichend Respekt vor der Wirkung dieser Substanzen haben. Du solltest körperlich fit und seelisch ausgeglichen sein.**
- » **Um Dich bei unbekanntem Wirkstoffgehalt vor bösen Überraschungen wenigstens in einem gewissen Maß zu schützen, nimm bei getrockneten Zauberpilzen maximal ein halbes Gramm (entspricht 5 Gramm frische Pilze) und bei LSD höchstens einen Viertel Trip ein.**
- » **LSD und Zauberpilze nie auf vollen Magen konsumieren.**
- » **Nur Leichtsinnige und Narren nehmen Halluzinogene ohne Beisein erfahrener FreundInnen.**
- » **In unstrukturierten Partysituationen (z. B. Megaraves) kann eine nicht zu verkräftende Neugierüberflutung zu Panikanfällen und Orientierungsverlust führen.**
- » **Bei Panikanfällen oder Horrortrips muß der Betroffene zunächst schnell in eine ruhige Umgebung (z. B. frische Luft) gebracht werden. Körperkontakt halten und versuchen, durch gutes und gezieltes Zureden, den „Geirandeten“ auf bessere Gedanken zu führen. Sollte auch dies nichts nützen, scheue Dich nicht, einen Arzt zu rufen und kläre ihn nach seinem Eintreffen über den Drogenkonsum auf – denn nur ein Arzt darf ggf. entsprechende Medikamente (z. B. Valium, Neuroleptika) verabreichen. Der Arzt ist übrigens an seine Schweigepflicht gebunden.**
- » **Psychedelische Reisen sollten Ausnahmeerlebnisse bleiben und auf keinen Fall mehr als einmal im Vierteljahr erlebt werden. Laß Dir zur Erholung ein paar (arbeitsfreie) Tage Zeit.**

Drogenwirkung, Kommunikation und Partykultur

Du kannst Eindrücke unter dem Einfluß von Partydrogen, Musik und Tanzenergie in der Regel nicht so schnell mit Deinen vorhandenen Sprach- und Ausdrucksmöglichkeiten im Normalzustand verarbeiten und einordnen. So geil das Feeling dabei ist, so schwierig ist es, die entstehenden Trancegefühle in Deinen Alltag einzubringen.

Deshalb ist es wichtig, sich mal in eine ruhige Ecke zurückzuziehen. Sprich' andere Leute, die Du kennenlernen willst, ruhig an. Manchmal erlebst Du Überraschungen: Du hast z.B. beim Tanzen gerade jemandem intim ins Herz geguckt und weißt dann nicht, was Du sagen sollst, wenn Du Sie/Ihn an der Bar oder in einer Ruhe-ecke triffst. Was ist real und was ist

Einbildung? Was ist Dein Wunsch, was ist die Realität in der Kommunikation zwischen Dir und den anderen?

Damit Du nicht auf solchen zwiespältigen Eindrücken hängenbleibst, ist es gut, mit den betreffenden Leuten zu sprechen. Dadurch kannst Du mögliche Mißverständnisse klären oder Übereinstimmungen in der wechselseitigen Wahrnehmung gegebenenfalls intensivieren. Das ist besonders wichtig, wenn Du Dich verliebst.

Wenn Du Dich unter Drogen- und Partywirkung in jemanden verliebt hast, prüfe erst nüchtern, wie Du mit Deinem/er PartnerIn klarkommst, bevor Du an eine feste Bindung denkst.



**Und Sex?
Keine Frage, mit Kondom!**

Einige Leute sind auf Parties mit und ohne Drogen total auf sich fixiert und gleichgültig gegenüber anderen. Mit solchen Leuten kann man eigentlich keine Parties feiern, weil sie sich zumachen, statt sensibel und offen zu werden.

Wie jeder Kinofilm, den Du mehrmals gesehen hast, wird auch jede Drogenwirkung irgendwann langweilig. Ein guter Grund aufzuhören. Wenn Du trotzdem weitermachst, läufst Du Gefahr, den point of no return zu überschreiten. Die Gefahr kann bestehen, daß Du Dich psychisch abhängig machst und bei Dauerkonsum von Partydrogen in depressive Stimmungen verfallst.

Du denkst vielleicht, Du mußt jetzt mehr E's oder andere Drogen einklinken. Du hast aber schon Pickel im Gesicht, über die Du Dich ärgerst und Du leidest unter Konzentrationsstörungen oder Unzufriedenheit. Mach' Dir in solchen Situationen klar, was Du wirklich willst. Schiebe mögliche Probleme nicht äußerlich auf die Droge.

Nicht die Droge macht Dich abhängig, sondern Du selbst machst Dich von der Droge abhängig.

In jedem Falle brauchst Du nicht alles alleine mit Dir 'rumschleppen und vielleicht frustriert nach Hause gehen. Die meisten Leute gehen auf Parties, um Spaß zu haben und um Nähe zu anderen Leuten aufzubauen. Wer nur auf Distanz geht zu anderen Leuten und Nähe nur in einer unverbindlichen Sprachlosigkeit sucht, hat am Ende der Party das Problem, wieder allein zu sein.

Chill Out

24

Chill Out heißt: Ausklingen, ruhen, erholen, entspannen. In Diskotheken findet man meistens einen schönen Dancefloor, aber keine ausreichend zur Ruhe und zum Entspannen geeigneten Chill-Out-Räume. Wer beim Tanzen ohne oder mit Partydrogen körperlich/psychisch intensive Ekstaseerlebnisse hat, der will zwischendurch entspannen, eine ruhige Musik hören, sich mit Freunden unterhalten oder einfach mit sich beschäftigt sein. Zu einer guten Tanzparty gehört eine Chill-Out-Kultur.

Beim Abklingen der Drogenwirkungen ist es wichtig zu akzeptieren, daß diese Reise zu Ende geht. Vitamine, Mineralien und Spurenelemente, die es als Brausetabletten gibt, in Wasser auflösen und trinken.

Wenn die Party zu Ende ist, bist Du wahrscheinlich aber immer noch nicht müde. Mache einen Spaziergang mit Freunden oder tu' jedenfalls etwas Ruhiges und Entspannendes. Bevor der Montag kommt: Gut ausschlafen! Nimm Dir also Zeit für Dein Chill Out!

Spätestens zur nächsten Mahlzeit solltest Du Deinem Körper die Nährstoffe zurückgeben, die Du ihm durch intensives Tanzen und Drogenkonsum entzogen hast.

Vitamine und Schlaf stärken Deine Abwehrkräfte, die bei Partystreß und Schlafentzug beeinträchtigt werden.

Geil ist es z.B. unter der Dusche zu stehen, den ganzen Schweiß und Dreck abzuspülen und dann ins frisch gemachte Bett zu gehen. Wow!

25

Was tun im Notfall?

In allen schweren Fällen sofort Notarzt rufen: Telefon 112!

Bei Kreislaufproblemen:

Hinlegen, Beine hoch, höher als der Kopf. Kopf in Seitenlage zur Vermeidung eines Erstickens durch Erbrechen. Zahnprothesen raus aus dem Mund. Ruhig frische Luft einatmen lassen. Puls fühlen und beruhigen. Niemals jemanden in solch' einer Situation alleine lassen! (Bei Erholung nicht gleich wieder rauchen.)

Bei schwerwiegenden Krisen wie Bewußtlosigkeit, aschfahles Gesicht und Glieder, blaue Lippen etc. sofort den Arzt rufen. Jede Sekunde ist kostbar. Hab' keine Scheu, den Kontakt zu halten.



26

Herzstillstand liegt vor bei:

- » plötzlicher Bewußtlosigkeit
- » weiten, Nichtstarrten Pupillen
- » fehlen des Pulses
- » Schnappatmung (dann Atemstillstand)
- « sofort mit zwei Personen Herzmassage und Mund-zu-Mund-Beatmung durchführen, bis der Notarzt kommt.

Schock liegt vor bei:

- » aschgrauen, kalten Armen und Beinen
- » kaum tastbarem schnellem Puls (über 100 Schläge pro Minute)
- » oberflächlicher schneller Atmung
- « sofort für Ruhe sorgen
- « Wärme sicherstellen (Unterlage, Zudecke)
- « flache Lagerung (Beine hoch, Kopf tief = körpereigene Bluttransfusion)
- « warme Getränke einflößen (Tee, Kaffee)

27

Grundsätzlich solltest Du Dich bereithalten, Leuten, denen es sichtbar schlecht geht, zu helfen. Manchmal hilft schon Handhalten, Streicheln, Zureden, Frischluft und warmer Tee oder einige Schluck Wasser, um jemanden wieder aus einer Krise zu holen.

Ängste verstärken vorhandene Symptome nur. Deshalb solltest Du neben ganz praktischer Hilfe Körperkontakt und einfühlsamen Zuspruch anbieten. Versuche Fremdheitsgefühle und Berührungsängste zu überwinden, wenn es um's Überleben geht.

Denk' daran, daß es für auch mal schlecht gehen kann.

DROGEN und RECHT

Der Besitz, Handel und Verkehr mit den hier besprochenen Substanzen ist nach dem Betäubungsmittelgesetz strafbar, in der Schweiz auch der Konsum.

Sowohl in der BRD als auch in der Schweiz bestehen aber regional große Unterschiede in der Verfolgung und Bestrafung von Betäubungsmitteldelikten.

In der Bundesrepublik ist davon auszugehen, daß das Verfahren beim Besitz von bis zu drei Konsumeinheiten, die lediglich für den Eigenkonsum bestimmt waren, aus Verhältnismäßigkeitsgründen eingestellt wird. In der Schweiz sieht das Gesetz in „leichten Fällen“ neben der Möglichkeit einer Einstellung auch die Verwarnung (Buße) statt Bestrafung vor:

Beschuldigte haben bei Festnahme und Vernehmung immer das Recht, jegliche Aussage zu verweigern. Das Aussageverweigerungsrecht hat der Beschuldigte deshalb, weil es mit der Würde des Menschen unvereinbar ist, wenn er sich selbst belasten müßte. Angegeben werden müssen nur Name und Adresse. Es ist deshalb rechtlich zulässig, keine Angaben über Beruf, Arbeitsstelle, Einkommen, Vorstrafen oder sonstige persönliche Verhältnisse zu machen, sondern bei allen Fragen der Ermittlungsbehörden konsequent zu schweigen! Einmal gemachte Angaben können nicht wieder rückgängig gemacht werden!

Zu Angaben sollte sich auch niemand verleiten lassen, weil ihm Vorteile versprochen werden. Die Polizei kann Versprechungen jedweder Art nicht einlösen, weil später ein Richter über Schuld und Unschuld und die Rechtsfolgen (Höhe der Strafe) entscheidet.

Beachte:

Immer Ausweis mit sich tragen!

Niemals Aussagen ohne einen Anwalt seines Vertrauens machen!

Die konsequente Aussageverweigerung bringt keinerlei rechtliche Nachteile!

Körperliche Untersuchungen (Blutabnahme etc.) dürfen nur vom Arzt vorgenommen werden; in der BRD muß zusätzlich der Verdacht eine Straftat vorliegen. Betäubungsmittel-Anhaftungen stellen keinen strafbaren Besitz dar; ebenso ist das Schlucken, Schnüffeln, etc. in der BRD nicht strafbar!

Merke: Nur erwiesene Tatsachen dürfen dem Schuldspruch und Strafausspruch zugrunde gelegt werden; bloße Vermutungen der Ermittlungsbehörden können rechtlich nicht zum Nachteil des Angeklagten gewertet werden. Das Geständnis ist deshalb oft das entscheidende Erfolgs- und Aufklärungskriterium und gilt nach wie vor als „Krone des Ermittlungsverfahrens“.

Aus Selbstschutzinteresse und Verantwortung sollte man kein Fahrzeug steuern, wenn man unter Einfluß von Alkohol oder/und Drogen steht. Mit dem Entzug der Fahrerlaubnis muß gerechnet werden. Das gilt auch, wenn das Fahrzeug im Zusammenhang mit einer Straftat verwendet wird, z.B. für das Dealen.

Übrigens: bei Einstellung des Ermittlungsverfahrens wegen Beweisschwierigkeiten oder geringer Schuld erfolgt keine Information an die Ausbildungsstätte bzw. an den Arbeitgeber; sondern erst bei schwerwiegenden Verurteilungen mit Freiheitsentzug. Auch die Eltern von Volljährigen dürfen nicht informiert werden.

About Eve & Rave

Eve & Rave e.V. ist ein unabhängiger Verein von Partyleuten und RaverInnen in der Technoszene. Die Gründung des Vereins am 12. Oktober 1994 geht auf eine Initiative des Soziologen Helmut Ahrens und RaverInnen aus der Berliner Techno- und Partyzene zurück. Die akzeptierende, tabufreie und an der Realität orientierte gesundheitliche Aufklärung und Information über Drogenprobleme in Freizeittreffpunkten Jugendlicher und junger Erwachsener steht im Vordergrund der Aktivitäten vor Ort in Diskotheken, Jugendclubs und auf Mega-Raves.

Veranstalter, die Eve & Rave für die Durchführung eines Drogeninfostandes buchen möchten, können sich an die auf der Rückseite aufgeführten Adressen wenden oder anrufen unter:

telefon 0177/274 79 84



30!

3., völlig neubearbeitete
und erweiterte Auflage
(80 - 170.000)
Berlin, 1997

Text und Redaktion:
Helmut Ahrens

Überarbeitung:
Kay Fischer
Theob. Harrach
Jürgen Kunkel

Herausgeber und Bestelladresse:
Eve & Rave e.V. Berlin
Post 5
D - 10039 Berlin

Telefon 0177/274 79 84
Internet <http://www.artcom.de/~tim/Technopolis/EveRave>

Gestaltung:
Moniteurs, Berlin

Satz und Druck:
agit-druck, Berlin

Teilkosten dieser Auflage
wurden finanziert durch:

AIDS-Hilfe NRW e.V.,
Höhenzollernring 48
50672 Köln
Telefon 0221/92 59 96-0



Deutschen AIDS-Hilfe e.V. Berlin
Dieffenbachstraße 33
D-10967 Berlin
Telefon 030/690 08 70



31!