

# Wie Spinnen unter der Haut

hallo-Telefonaktion: Experten des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit antworten auf **Fragen zu Drogen**

**Salzgitter.** Die Gefahr ist groß, das Interesse aber auch. In den letzten zehn Jahren hat sich die Zahl der Todesfälle durch Drogen mehr als verdoppelt. Die Ängste von Verwandten um

ihre Kinder, Enkelkinder oder Geschwister spiegeln sich in der hallo-Telefonaktion wider. Gesprächspartner war ein Expertenteam des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit (BI-

ÖG). Die Redaktion hat einige der Fragen und Antworten zusammengefasst.

**Mein Bruder meint, man könne Heroin so dosieren, dass nichts passiert. Stimmt das?**

Nein! Der Spielraum zwischen berauschender und tödlicher Dosis ist sehr eng. Da bei „Straßenheroin“ der Reinheitsgehalt stark schwankt, kommt es leicht zu einer Überdosierung mit Atemstillstand, der tödlich endet, wenn nicht sofort beatmet wird und Gegenmittel verabreicht werden. Ist man nicht an die Substanz gewöhnt, setzt die toxische Wirkung bereits bei fünf Milligramm ein.

**Ich nehme seit einiger Zeit Speed, wenn extrem viel zu tun ist. Dann bin ich zwar fit, aber danach absolut kraftlos. Kommt das von Speed?**

Ja, das ist möglich. Denn Speed putscht den Organismus hoch und verbraucht damit seine Kraftreserven. Doch der Körper braucht Erholung, um zu funktionieren. Die ständige „Peitsche“ belastet außerdem das Herz. Dadurch steigt das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall.

**Mein Enkel (15) hat meine Geburtstagsparty geschmissen. Am nächsten Tag bat er um Entschuldigung, weil er „auf Speed“ war. Soll man das akzeptieren?**

Nein, schlechtes Benehmen unter Drogeneinfluss ist kein Kavaliersdelikt. Schildern Sie ihm sachlich, wie sein Benehmen auf Sie und die anderen Gäste gewirkt hat. Sprechen Sie auch über die Risiken, die mit Speed verbunden sind.

**Unsere Tochter (16) erzählte, dass sie schon einmal Crystal Meth inhaliert hat und dass es sich gut anfühlte. Wie gefährlich ist das Zeug?**

Sehr gefährlich. Crystal sorgt für euphorische Stimmung, indem es den Körper zwingt, seine Energiedepots auszubeuten. Bei dauerhaftem Gebrauch werden Nerven im Gehirn zerstört - insbesondere in jenen



Eine mitunter tödliche Sucht: Das Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit gibt Tipps, um von Drogen loszukommen. FOTO: LMZ

Bereichen, die wichtig sind für Gedächtnis, Koordination, Entscheidungsfindung und Impulskontrolle. Außerdem kann Crystal zu schweren Herzschäden und Schlaganfällen führen.

**Unser Sohn (17) will weg von Crystal Meth, schafft es aber nicht. Wie kommt er an einen Entzug?**

Zum Beispiel über Suchtberatungsstellen, die auch eine Entzugsbehandlung vermitteln können. Ein qualifizierter Entzug dauert mindestens drei Wochen und findet stationär in einer speziellen Klinik statt. Während der körperlichen Entgiftung können starke Entzugssymptome auftreten. Meist erleben Betroffene heftigen Suchtdruck, sind innerlich unruhig, haben Schlafstörungen und erleben depressive Zustände. Deshalb brauchen sie eine professionelle Unterstützung.

**Mein Bruder kokst seit einiger Zeit. Jetzt erzählt er von Spinnen unter seiner Haut. Hängt das mit dem Kokain zusammen?**

Das ist möglich. Kokain macht extrem schnell süchtig. Dauerhafter Gebrauch führt neben körperlichen auch zu schweren psychischen Schäden wie Depressionen, Schlaf- und Konzentrationsstörungen oder

Angstzuständen. Ein Wahn, bei dem Betroffene Insekten auf oder unter ihrer Haut spüren, ist charakteristisch für Kokain. Die Psychosen können chronisch werden.

**Unser Sohn raucht täglich mehrere Joints. Aufhören will er nicht, aber weniger kiffen. Kann das funktionieren?**

Theoretisch schon, aber es erfordert wesentlich mehr Anstrengung als der vollständige Ausstieg. Denn jeder Joint verführt dazu, mehr zu kiffen, als man eigentlich vorhatte. Die Entscheidung gegen das Kiffen muss also immer wieder neu getroffen werden. Das braucht mehr Willenskraft als die völlige Abstinenz.

**Ich will weiter kiffen, aber nicht mehr so viel. Wie klappt das?**

Indem Sie beispielsweise mit einer ein- bis zweiwöchigen Abstinenz starten, danach mindestens zwei konsumfreie Tage pro Woche einhalten, Joints nicht vor einer festgelegten Uhrzeit rauchen und nur eine bestimmte Anzahl pro Tag. Legen Sie keine Cannabis-Vorräte an. Weihen Sie Freunde in Ihr Vorhaben ein oder starten Sie gemeinsam die Reduktion. Falls das alles nichts bringt, empfehlen wir, über einen vollständigen Ausstieg nachzudenken.

**AB IN DEN KALENDER**

Wussten Sie schon, dass am **19.04.2025**

Vertreten Sie jetzt Ihr Unternehmen

Sie suchen eine Anzeige oder einen Artikel aus den letzten Wochen?

Oder haben eine Ausgabe einmal nicht erhalten?

Unter **www.hallosalzgitter.de**

können Sie diese Ausgabe per e-paper ansehen und herunterladen.

**hallo** wochenende

**hallo** SALZGITTER wochenende

**Worüber denken Sie aktuell nach?**

Was wollen Sie gern einmal lesen?

Jetzt scannen und eine **FITNESSLAND** Monatskarte gewinnen!\*

\*Gewinnbedingungen Online

Foto: 0231

## Jederzeit Hilfe und Beratung

Das Infotelefon der Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG) unter (0221) 892031 ist montags bis donnerstag von 10 bis 22 Uhr sowie freitags bis sonntags von 10 bis 18 Uhr besetzt. Eine „Sucht & Drogen Hotline“ unter 01806/313031 ist

täglich von 8 bis 24 Uhr erreichbar (20 Cent pro Anruf, auch mobil). Als Online-Portale werden [www.cannabispraevention.de](http://www.cannabispraevention.de) und [www.drugcom.de](http://www.drugcom.de) empfohlen. Suchtberatungsstellen sind unter [www.dhs.de/service/suchthilfeverzeichnis](http://www.dhs.de/service/suchthilfeverzeichnis)

zu finden. Für Ausstieg und Reduktion bietet sich die Adresse [www.quit-the-shit.net](http://www.quit-the-shit.net) an, kostenloses Info-Material gibt es per E-Mail an [bestellung@bioeg.de](mailto:bestellung@bioeg.de) oder per Post an BIÖG, 50819 Köln sowie online unter [www.shop.bioeg.de/](http://www.shop.bioeg.de/).