






Gewenste en ongewenste effecten

Van de verdovende, stimulerende en waarnemingsveranderende drugs

Middel	Gewenste effecten	Ongewenste effecten
<p><i>GHB</i></p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Ontspannend • Bewustzijn verlaagd • Seksueel ontremmend en stimulerend • Effect afhankelijk van dosering 	<ul style="list-style-type: none"> • Duizelig. • Slap gevoel in spieren, trillen, of omvallen. • Misselijk. • Hoofdpijn. • Onbedwingbare slaap. • Verwardheid, suf voelen.
<p><i>Ketamine</i></p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Prettige roes, droomachtig. • Opwekkend (lagere doseringen). • Scheiding van lichaam en geest (dissociatieve werking). • Verdoving, pijnstilling. • Misselijkheid. • Verstoorde / verslechterde motoriek. • Psychedelische dromen, hallucinaties (hogere doseringen). • In slaap vallen (hogere doseringen). • Gevoel van uit het lichaam treden, bijna doodervaring (hogere doseringen). 	<ul style="list-style-type: none"> • Overdosis (dosering komt heel nauw) • Geestelijk verslavend • Verminderd coördinatievermogen • Duizelig / misselijk • Niet in staat te bewegen • Pijn wordt niet of nauwelijks gevoeld
<p><i>Lachgas</i></p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Je voelt je high • Opgewekt, vrolijk • Lacherig • Warm gevoel • Geluid klinkt anders en kan in elkaar overlopen • Soms ervaar je gevoelens en gedachten die eerder onbewust waren 	<ul style="list-style-type: none"> • Duizeligheid • Slappe ledematen • Ongecoördineerde bewegingen • Pijn wordt verdoofd

Stimulerende middelen

<i>Middel</i>	Gewenste effecten	Ongewenste effecten
<p><i>Cocaïne</i></p> 	<ul style="list-style-type: none"> • hartslag versnelt • ademhaling versnelt • bloeddruk verhoogt • bloedvaten vernauwen • uithoudingsvermogen groter • bruisend van energie • geen hongergevoel • geen vermoeidheidsgevoel • opgewekt, vrolijk • veel zelfvertrouwen • sneller, helderder denken (meent men) 	<ul style="list-style-type: none"> • oververmoeid • uitputting • rusteloos • verlies eetlust • afname weerstand • trillingen • bewegingsstoornissen • verstoringen van hartritme • aantasting slijmvliezen • snel geïrriteerd • overmoedig • koel • arrogant • egoïstisch • depressief • achterdochtig • mogelijk agressie • afhankelijk
<p><i>Amfetaminen</i></p> 	<ul style="list-style-type: none"> • energiek • geen honger • pupillen vergroten • bloeddruk stijgt • temperatuur stijgt • knarsetanden • stijve kaken • hartkloppingen • actief • zelfverzekerd • vrolijk • onrust • angst • prikkelbaar • hoofdpijn, duizelig • weinig zelfkritiek 	<ul style="list-style-type: none"> • oververmoeid na gebruik • opbouw van tolerantie • hartritmestoornissen • prikkelbaar, agressief • rusteloos • angstig • neerslachtig • verward denken • achterdochtig • afhankelijk
<p><i>Ectasy (XTC)</i></p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Energiek • Blij, verliefd gevoel • Contact willen maken met anderen • Veel praten (praatkick) • Minder geremd • Opgaan in muziek • Uren kunnen dansen • Zin om te knuffelen • Gevoel van zweven 	<ul style="list-style-type: none"> • Misselijkheid, soms overgeven • Stijf gevoel in armen en benen • Malen met de kaken (tandenknarsen en klappertanden) • Niet kunnen plassen • Darmklachten • Verminderde eetlust • Hartkloppingen • Zweeten • Onrust • Slapeloosheid • Angst of paniek

Poppers



- Versterken van lustgevoel (sexueel).
- Remmingen vallen weg.
- Spierverslappend, ontspannend
- Warm gevoel
- Een opgewekt, prettig gestimuleerd gevoel.
- Versterkt het "waus" gevoel van XTC.

- Hoofdpijn
- Bewusteloosheid
- Vermoeidheid en misselijkheid na gebruik van poppers.
- Moeite met scherp zien.




Tabak



- Tabak heeft veel gewenste effecten die echter nogal persoonsgebonden zijn.
- Bij lichte dosis opwekkend, milde stimulatie, opgewekt.
- Bij lichte dosis het bevorderen van de concentratie, leren.
- Bij hogere doseringen geldt het tegendeel. Met een lichte dosis bedoelen wij 1 of 2 sigaretten per dag.
- Ontspannen, rustig
- Gevoel van algemene voldoening en welbevinden door het activeren van het beloningssysteem in de hersenen.
- Het gewenste effect van tabak wordt ook bepaald door de mate van lichamelijke en geestelijke afhankelijkheid. Voor een deel bestaan de positieve effecten uit het opheffen van onthoudingsverschijnselen bij rookverslaving. Dit geldt bijvoorbeeld voor de toegenomen concentratie.

- Lichamelijke afhankelijkheid
- Geestelijke afhankelijkheid
- Het risico op schade van de lichamelijke gezondheid.
- Verminderde of slechte lichamelijke conditie / uithoudingsvermogen.
- Hoesten en / of kortademig.
- Stinken naar rook (van onder andere haren, kleding en huiskamer).
- Klachten vanuit sociale omgeving.
- Ontwenningverschijnselen zoals gespannen-, rusteloos- en prikkelbaarheid, slapeloosheid en lichamelijke klachten zoals bijvoorbeeld buik- en hoofdpijn

Waarnemingsveranderende middelen

Middel	Gewenste effecten	Ongewenste effecten
<p><i>Cannabis</i></p> 	<ul style="list-style-type: none"> • droge mond • rode ogen • spieren verslappen • versnelde hartslag • lachkick • vreetkick • stoned of high worden • versterkt de stemming • vaak zorgeloze stemming • ontspant • veranderd gevoel van ruimte en tijd • waarnemen wordt intenser • prikkelt fantasie 	<ul style="list-style-type: none"> • Onrust, angstig, paranoia • Denk - en geheugenproblemen • Vaak: droge mond, rode ogen, duizelig, hartkloppingen • Minder vaak: misselijk en hoofdpijn.
<p><i>Paddo's</i></p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Versterking van prettige gevoelens en zintuigen • Lacherig (lachkick) • Muziek klinkt, anders, dieper, meeslepender • Kleuren intenser • Voorwerpen e.d. vervormen, golven • Opgaan in gedachten • Een ontspannen, opgewekt, energiek, high gevoel • Ervaren van gevoelens waar je je normaal niet bewust van bent. • Visuele hallucinaties 	<ul style="list-style-type: none"> • Hallucinaties • 'Bad trip' of 'flippen' • Flashbacks • Psychotische aanleg • Verwarring, angst, depressie, paranoia • Nauwelijks kans op verslaving
<p><i>LSD</i></p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Energiek. • Euforisch gevoel. • Versterking van prettige gevoelens. • Snelle opeenvolging of tegelijkertijd ervaren van allerlei gedachten en gevoelens. • Ervaren van gevoelens waar je je normaal niet van bewust bent. • Religieuze of mystieke ervaringen. • In de beleving van de LSD-gebruiker kunnen de grenzen tussen de persoon zelf en de omgeving zwakker 	<ul style="list-style-type: none"> • Een trip is onvoorspelbaar. De heftige positieve gevoelens kunnen omslaan zodat negatieve gevoelens de overhand krijgen. Eenzelfde trip kan heftige positieve en negatieve gevoelens oproepen. • Heftige paniek. • (Doods)angst. • Acute psychosen (die tot 24 uur kunnen duren). • Verlies van gevoel van de eigen persoonlijkheid • Angst dat de angstaanjagende trip

	<p>worden, anders beleefd worden of geheel wegvallen. Gebruikelijke manieren van doen en reageren worden irrelevant of gek gevonden.</p> <ul style="list-style-type: none"> • De zintuigen (zien, horen, ruiken, voelen, proeven) worden intensiever beleefd en kunnen in elkaar overlopen. Iemand ziet geluid en proeft de kleuren. Vaak ziet iemand mooie patronen. • Beleving van de tijd is anders. Vaak kruipt de tijd of staat de tijd stil. 	<p>werkelijkheid echt is en niet overgaat</p> <ul style="list-style-type: none"> • Het gevoel hebben dat de tijd stilstaat • Zien van kleine en grote beestjes • Versterken van vervelende gevoelens • Minder of geen controle over emoties en gedrag • Zeer pijnlijke of verdrietige gevoelens • Angstaanjagende religieuze ervaringen met duivels en demonen
<p>2CB</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Opgewekte stemming • Lacherig • Verandering van beleving van tijd en ruimte • Kleuren zijn intenser • Patronen en andere vervormingen zien • Ervaren van gevoelens waar je je normaal niet van bewust bent. • Meer bewust van je lichaam • Soms seksueel stimulerend • Soms energiek • Sterke visuele hallucinaties (bij hogere dosering) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ongemakkelijk, gespannen (met name in het begin van de trip) • Misselijk (soms overgeven) • Maag- en darmproblemen • Bad trip (angstig, paniek) • Heftige emoties en gevoelens • Verandering in lichaamstemperatuur



Alcohol

- **1 - 2 standaardglazen**



Je hartslag en ademhaling nemen toe. Je krijgt een warm gevoel. Je wordt wat levendiger en meer ontspannen. Het praten lijkt vlotter te gaan. Je smaak, reuk en zicht gaan lichtjes achteruit. Je wordt minder pijngevoelig. Je krijgt zin in eten. Je moet meer plassen.

- **3 tot 7 standaardglazen**



Je reactiesnelheid neemt af en je wordt onhandiger in je bewegingen. Het beoordelen van situaties gaat moeilijker. Je smaak, reuk en gezichtsvermogen gaan verder achteruit. Je gezichtsveld wordt smaller (tunneleffect). Je begint luider te praten, ook omdat je minder goed hoort. Je geheugen werkt slechter. Je stemming begint duidelijker te veranderen: vrolijker en uitbundiger, of net meer prikkelbaar en grof. Je krijgt de neiging jezelf te overschatten en zelfkritiek wordt minder.

- **8 tot 14 standaardglazen**



Alle hogergenoemde lichamelijke verschijnselen nemen toe. Je reactiesnelheid neemt sterk af en je lichaamscoördinatie verslechtert. Het praten gaat moeizamer, je struikelt soms over je woorden. Je gezicht kan rood worden en je pupillen worden wijder. De vrolijke stemming wordt uitbundigheid, of slaat om in neerslachtigheid of kwaadheid. Je zelfkritiek verdwijnt. Je gaat gemakkelijker dingen doen die je anders nooit zou doen. Je kan ook misselijk worden en moeten braken.

- **15 tot 20 standaardglazen**



Je zintuigen geraken nu sterk verdoofd. Wat je hoort en ziet dringt nog amper tot je door. Je bewegingen worden helemaal ongecoördineerd. Je kan je afwezig voelen of verward geraken. Er is hoge kans op black-outs, waardoor je je grote delen niet meer zult herinneren. Je wordt misselijk en 'draaierig' als je de ogen sluit.

- **Meer dan 20 standaardglazen**



Je ademhaling en hartslag worden sterk vertraagd. Je raakt totaal 'van de kaart'. Als je deze hoeveelheid in korte tijd drinkt dan kan er alcoholvergiftiging optreden: je raakt bewusteloos of gaat in coma. De ademhaling kan stoppen of je krijgt een hartstilstand. Bij jongeren of personen die niet gewend zijn om veel te drinken kan alcoholvergiftiging sneller optreden.