

Bij **combigebruik**: behalve dat smartdrugs vaak zélf al uit een combinatie van producten bestaan, worden ze ook dikwijls samen met andere middelen gebruikt. Combinaties van (vaak stimulerende) drugs leiden tot verhoogde risico's – afmatting, uitdroging, oververhitting, hartproblemen enzovoort – en er is meer kans op overdosering.

#### ER WAS EENS... EEN MYTHE OVER SMARTDRUGS

Het is een misverstand dat natuurlijke producten minder schadelijk zijn dan chemische. Bepaalde planten kunnen (in [te] grote dosissen) ongewenste bijwerkingen hebben, en giftig of zelfs dodelijk zijn.

## MEER INFO HULP

*De risico's en de effecten met smartdrugs zijn heel uiteenlopend en afhankelijk van de categorie en het soort product. Daarom is wat hieronder staat niet voor alle producten relevant.*

- Voor sommige smartdrugs, bijvoorbeeld hallucinogene ecodrugs als paddo's en de cactus, is het aangegeven om onder invloed niet deel te nemen aan het verkeer (auto, fiets...) of gevaarlijk werk (machines, elektriciteit...) uit te voeren.
- Ook met smartdrugs, of als je een combinatie van producten gebruikt hebt, kan het mislopen. Bel indien nodig de 100 of 112.

**Voor informatie- en hulpvragen kan je terecht bij de DrugLijn:**

#### Via telefoon: 078 15 10 20

Bel ons voor een anoniem, objectief en vertrouwelijk gesprek. Onze beantwoorders zitten klaar om naar je verhaal te luisteren, concrete informatie en/of een eerste advies te geven. Ze weten ook waar je bij jou in de buurt terecht kan voor drughulp of -preventie.

#### Via [www.druglijn.be](http://www.druglijn.be)

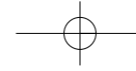
Op onze site vind je meer dan tweehonderd pagina's informatie over drank, drugs, pillen en gokken, én over de DrugLijn zelf. Je kan ook anoniem je vraag mailen via [www.druglijn.be/contact](http://www.druglijn.be/contact).

DE DRUGLIJN  
078-15-10-20

## SMARTDRUGS

DE VRAGEN, DE ANTWOORDEN





## SMARTDRUGS?

Smartdrugs is een overkoepelend begrip dat diverse categorieën van producten omvat. Het gaat om een uitgebreid en zeer divers gamma. Sommige van deze producten hebben een oppeppende, kalmerende of bewustzijnsveranderende werking. Smartdrugs worden vaak voorgesteld als een natuurlijk, gezond en veilig alternatief voor illegale drugs.

Er zijn 5 grote categorieën:

**1. Smartdrugs in de oorspronkelijke betekenis:** geneesmiddelen die de hersenfuncties verbeteren. Ze worden bijvoorbeeld ingezet bij de behandeling van de ziekten van Parkinson, Alzheimer enzovoort. Deze middelen worden ook gebruikt door gezonde personen omwille van hun psychisch en lichamelijk versterkende werking.

**2. Smart drinks en smart nutriënten** werden ontwikkeld als voedingssupplement. Ze bevatten vooral vitamines (A, C, E...) en spelen in op de vraag naar het stimuleren van de energie.

**3. Ecodrugs** zijn onbewerkte kruiden en planten die inwerken op het bewustzijn. Voorbeelden:

- . oppeppend: efedrine, ginseng, guarana, khat, kolanoot enzovoort;
- . kalmerend: catmint, kava kava, sint-janskruid, skullcap, valeriaan enzovoort;
- . bewustzijnsveranderend: alruin, bilzekruid, nootmuskaat, passiebloem enzovoort;
- . 'afrodisiaca' (of wat daarvoor doorgaat): damiana, yohimbe enzovoort.

**4. Smart products:** een combinatie van kruiden/planten en/of voedingssupplementen. Ze worden vaak aangeprezen als een natuurlijk, legaal en veilig alternatief voor synthetische drugs (XTC, LSD...), terwijl de werking meestal onvergelijkbaar is (bijvoorbeeld 'herbal XTC').

**5. Energydrinks:** limonadeachtige drankjes met een verhoogd cafeïnegehalte om lichamelijke en psychische prestaties te verhogen. Ze zouden de lichamelijke uithouding, de reactiesnelheid en de concentratie doen toenemen en een groter gevoel van welzijn geven. Voorbeelden: Red Bull®, Black Booster®...

## DE WET?

Er is voor een aantal producten wet- en regelgeving, maar het internet maakt het reguleren van de verkoop en het gebruik erg moeilijk, om nog te zwijgen van de controle. Internationaal loopt de regelgeving ook lang niet altijd parallel. Voor België is de nabijheid van Nederland bepalend, waar de wetgeving minder uitgebreid is. Daar komt nog bij dat de samenstelling van producten voor een leek niet altijd even duidelijk is en dat het aanbod zich voortdurend wijzigt.

- . De oorspronkelijke smartdrugs (categorie 1): vallen onder de wetgeving op de geneesmiddelen en zijn in principe enkel met een voorschrift verkrijgbaar.
- . Smart drinks en nutriënten (categorie 2): er is Belgische regelgeving inzake toegelaten concentraties vitamines en mineralen in de producten.
- . Ecodrugs en smart products (categorieën 3 en 4): het fabriceren en verhandelen van voedingsmiddelen die uit planten bestaan, is gereguleerd. Het invoeren, uitvoeren, produceren, bezitten, verkopen, afleveren of aanschaffen van de werkzame stof in cactussen (mescaline) en paddestoelen (psilocine en psilocybine) is verboden.
- . Wat energydrinks (categorie 5) betreft, is er Europese regelgeving over het maximale cafeïnegehalte (320 mg/l).

## RISICO'S?

De risico's van smartdrugs zijn erg uiteenlopend en hangen onder meer af van het soort product. Soms zijn ze nog onbekend. Zoals voor veel drugs geldt ook hier: gebruikers weten in veel gevallen niet wat ze precies in handen krijgen en met welke bestanddelen het product is gemaakt. Bij natuurlijke producten zijn bovendien het klimaat, de wijze van plukken enzovoort medebepalend voor de concentratie aan werkzame stof die de producten bevatten. Deze 'onbekende' factoren zijn niet per se gevaarlijk, maar die kans bestaat wel. Bovendien krijg je niet altijd (de gewenste) waar voor je (vele) geld.

Hieronder beperken we ons tot een aantal voorbeelden.

### Enkele planten en hun mogelijke neveneffecten:

- . efedrine: angst, slapeloosheid, duizeligheid, hartkloppingen, hoge bloeddruk, vergiftiging;
- . khat: koorts, hallucinaties en anorexia bij chronisch gebruik;
- . salvia divinorum: hallucinogeen en zwak giftig.

**Paddestoelen** kunnen evenwichtsstoornissen, stemmingsschommelingen, buikpijn en koorts veroorzaken. Ook een 'bad trip' met de bijbehorende paniek is mogelijk, en zelfs een psychose en flashbacks doen zich voor.

**Cactussen** kunnen het bewustzijn negatief beïnvloeden (visuele hallucinaties, een ander tijd- en ruimtebesef) en misselijkheid veroorzaken. Een te hoge dosis kan ernstige gevolgen hebben, zoals verlamming of beschadiging van de lever.

Een teveel aan **guarana en cafeïne** (in energydrinks) veroorzaakt slapeloosheid, nervositeit, misselijkheid, hartkloppingen... Een overdosis is gevaarlijk.

Te hoge dosissen van bepaalde **vitamines** kunnen schadelijk zijn.

