



XTC

DE VRAGEN, DE ANTWOORDEN

XTC is de jongste jaren een van de veelbesproken 'nieuwe' drugs. Wat zijn de eigenschappen? Hoe wordt het gebruikt? Welk jargon doet de ronde? Wat zijn de effecten en de risico's? Een kennismaking met de belangrijkste aspecten van XTC en het gebruik ervan.

WAAR HEBBEN WE HET OVER?

Bij XTC gaat het eigenlijk over MDMA, want dat is de stimulerende én bewustzijnsveranderende stof die in de drug zit. Het synthetische product MDMA staat voor 3,4 methyleen-dioxy-methamfetamine. Het is onder meer verwant met de groep van amfetamines, maar ook met het tripmiddel mescaline dat in de peyote zit, een cactussoort. Vandaar zijn dubbele werking.

Dat is de theorie. Want geleidelijk aan is het begrip XTC in de praktijk veel meer amfetamineachtigen gaan omvatten. Het slaat op een hele familie van dergelijke drugs. Als het al niet om tabletjes gaat waarvan de gebruiker veronderstelt dat ze XTC bevatten, maar waarvan de samenstelling totaal onbekend is. Het woord XTC verwijst dan niet langer naar een concreet product (MDMA), maar naar 'iets' (PMA, 4-MTA, 2CB...) dat doorgaat voor het oorspronkelijke XTC of een sterk daarop gelijkende variant (MDA, MDEA). Voor alle XTC-pillen en -poeders geldt dat ze zelden 100% zuiver zijn.

De prijs per pil, tablet of capsule bedraagt € 2,5 tot 10.

TOEN EN NU

XTC VROEGER...

Het begrip XTC – in het Engels klinkt dit letterwoord als 'ecstasy' en het betekent dus zoveel als 'extase' – bestaat pas sinds 1981, maar de stof MDMA werd al aan het begin van de 20ste eeuw aangemaakt. Dat gebeurde op basis van olie uit muskaatnoot. MDMA was eigenlijk een tussenstap in een synthese die moest leiden tot een bloedstelpend middel. Het werd nooit op de markt gebracht.

Pas in 1953 maakte MDMA opnieuw zijn opwachting: het Amerikaanse leger gaf toen opdracht de stof te testen op zijn toxiciteit en zijn bruikbaarheid als 'waarheidsserum' in een militaire context. In 1976 slaagde de Russische Amerikaan Alexander Shulgin er als eerste in MDMA volledig synthetisch te bereiden, op basis van piperonal. Hij beschreef ook voor het eerst de werking op de mens. Een vriend-psychotherapeut van Shulgin riep MDMA uit tot 'penicilline voor de ziel'. Begin jaren 1980 werd er door therapeuten druk mee geëxperimenteerd.

Stilaan raakte MDMA, tot dan nog altijd een legale stof, bij druggebruikers in de uitgaansfeer verspreid. Het werd gecommmercialiseerd – met als slogans: 'Good to dance', 'Fun drug' – en kreeg zijn bijnaam 'ecstasy'. In 1985 werd het bezit ervan in Amerika verboden en strafbaar gesteld, net als het medisch en therapeutisch gebruik. De wetenschappelijke discussie over de medische inzetbaarheid van MDMA is overigens nog niet geluwd. Intussen was de drug op de zwarte markt uit Amerika al overgewaaid naar Europa en andere delen van de wereld.

... EN NU

Sinds 10 tot 15 jaar is XTC ook bij ons een veelbesproken drug. Er zijn in België vanaf 1988 meldingen van het gebruik. Als begin jaren 1990 de rage van de housemuziek een hoogtepunt beleeft, verspreidt XTC zich in de sliptestream van het bijbehorende uitgaansleven. De drug is sinds eind 1988 in België en Nederland verboden, zoals dat ook elders in Europa al het geval was.

IN VLAANDEREN

Vooral jongeren en jongvolwassenen blijken volgens cijfers uit 2001 te experimenteren met XTC (en amfetamines): tussen 15 en 24 jaar gaat het om 3,9%, tussen 25 en 34 om 4% en tussen 35 en 44 om 1,6%. Er zijn duidelijk meer jongens dan meisjes die gebruiken. Bij leerlingen stijgt het gebruik met de leeftijd. Van de 15/16-jarigen gebruikte 1,3% de laatste maand XTC, tegenover 3,95% van de 17/18-jarigen. Er was tussen 1994 en 1998 een toename merkbaar.

DE BELGISCHE WET

XTC (MDMA) invoeren, produceren, bezitten, gebruiken en verkopen is in België voor iedereen illegaal en dus strafbaar, ook na de recente wetswijziging van juni 2003.

Er wordt een proces-verbaal opgemaakt dat naar het parket wordt gestuurd. Dat neemt zelf maatregelen of verwijst de betrokkene naar de rechtbank. Voor XTC (en andere drugs dan cannabis) zijn de straffen door de wetswijziging verzaamd: ze bestaan nu uit een combinatie van een geldboete én een gevangenisstraf (voordien: een geldboete óf gevangenisstraf). Daarnaast benadrukt de nieuwe reglementering evenwel het belang van een vroege interventie door de hulpverlening: straffen moet het laatste middel zijn.

HET GEBRUIK EN DE WERKING

HOE WORDT HET GEBRUIKT?

- XTC wordt geslikt in de vorm van tabletten (de zogeheten 'pillen' of 'bollen') en capsules. Er zijn grote verschillen in kleur en vorm. Tabletten worden vaak genoemd naar de afbeelding of het logo dat erop voorkomt: een 'Duifje', 'Mitsubishi', 'Playstation' enzovoort.
- XTC bestaat ook in poedervorm (MDMA-poeder). Het wordt in dat geval gesnoven of opgelost in water en gedronken.

HOE LANG WERKT HET?

Bij een normale dosis (80 tot 120 milligram MDMA per pil): 4 tot 6 uur.

De eerste effecten volgen 20 tot 60 minuten na de inname: gebruikers krijgen een tintelend en warm gevoel. Dat wordt gevolgd door de 'rushfase' tijdens het 2de en 3de uur. Daarin bereiken de positieve – stimulerende en euforische – effecten een hoogtepunt. Daarna nemen die geleidelijk af en treden er meer negatieve effecten op de voorgrond (zie bij 'Wat doet XTC?').

DE XTC-KATER

Gebruikers kunnen zich de dag(en) na het gebruik slecht in hun vel voelen. Anderen hebben een prettig na-effect en nog anderen zijn prikkelbaar, duizelig, vermoeid of slapeloos. Ook spier- en hoofdpijn en neerslachtigheid kunnen zich voordoen.

HOE EN HOE LANG IS XTC OP TE SPOREN?

In het bloed en de urine: 2 tot 4 dagen.

Meer info: De DrugLijn (2003). *Meest gestelde vragen. Alle vragen die draaien rond drugs en urinetesting.* VAD: Brussel (folder)

WAT DOET XTC?

Vuistregel: de effecten van drugs verschillen naar gelang het individu (conditie, gewicht, geslacht, verwachtingen...), hoe vaak en hoeveel er wordt gebruikt, de plaats en het moment van het gebruik.

PSYCHISCH

XTC geeft gevoelens van blijdschap, ontspanning en zorgeloosheid, en doet het zelfvertrouwen toenemen. Gebruikers zijn meer extravert en ook emotioneler dan normaal. Ze hebben een groter gevoel van verbondenheid en intimiteit met de mensen in hun omgeving. Tijd en ruimte worden anders beleefd en de waarneming is intenser. Nu en dan is er sprake van lichte hallucinaties.

LICHAMELIJK

XTC is een pepmiddel en geeft dus een energiek gevoel. Het onderdrukt honger en vermoeidheid en er ontstaat een drang om te bewegen.

Enkele mogelijke neveneffecten:

- droge mond;
- misselijkheid en braakneigingen, een verstoord evenwichtsgevoel;
- verminderde eetlust;
- stijging van de lichaamstemperatuur (zweeten), hogere bloeddruk en hartslag;
- grotere pupillen.



bad trip > flippen; het krijgen van onaangename gevoelens (angst, depressie, waanbeelden...) door druggebruik, in dit geval XTC | **bol** > XTC-pil of -tablet | **chillen** > (tijdens het uitgaan) tot rust komen in een koele chill-outruimte | **designerdrugs** > drugs die op maat gemaakt worden in illegale labo's met het oog op specifieke effecten | **lovedrug** > XTC

WAT ZIJN DE RISICO'S?

Wat voor veel drugs geldt, gaat in het bijzonder op voor XTC: gebruikers weten niet wat ze precies in handen krijgen en met welke stoffen de drug al dan niet is gemengd. Dat is niet per se gevaarlijk, maar die kans bestaat wel. Bovendien krijg je niet altijd (de gewenste) waar voor je (vele) geld.

DE RISICO'S OP KORTE TERMIJN

Algemene regel: het slikken van XTC is altijd riskant, ook als het maar voor één keer is.

- . Het lichaam kan oververhit raken en uitdrogen, met het risico op een (levens)gevaarlijke hitteberoerte. Dat komt door een samenspel van factoren: XTC-gebruik doet de vermoeidheid vergeten en de lichaamstemperatuur stijgen, zodat je gaat zweten. Wie bijvoorbeeld lange tijd blijft dansen, weinig water of frisdrank drinkt en zich in een warme omgeving bevindt, loopt gevaar. Dat kan al het geval zijn bij een kleine dosis XTC. Een mogelijk gevolg is dat de spieren en bijvoorbeeld de nieren niet meer werken. Hitteberoertes vormen, samen met het combigebruik, een van de mogelijke doodsoorzaken bij XTC-gebruik (zie ook de rubriek 'De risico's bij gecombineerd gebruik'). Afkoelen, rusten en water drinken, het liefst in combinatie met isotone sportdrinkjes, verminderen het risico. Te veel water kan dan weer leiden tot een vergiftiging.
- . Bij wat als XTC wordt aangeboden en/of verkocht, weet je nooit wat je echt slikt: (on)zuivere MDMA die al dan niet is gecombineerd met andere drugs, een stof die op MDMA lijkt, totaal andere (nep)stoffen. Zelfs twee identieke pillen kunnen een heel andere inhoud hebben. Ook de dosering kan verschillen per pil. Dergelijke vreemde stoffen kunnen nare effecten hebben. Óf ze sorteren niet het gewenste effect, waardoor de neiging ontstaat om nog meer te slikken.
- . Een overdosis is mogelijk, met als symptomen: hevige hoofdpijn, misselijkheid, braakneigingen, hartkloppingen, pijn in de hartstreek, lage bloeddruk, hoge koorts, bewegingsstoornissen, stuipen.
- . Een onaangename tot angstaanjagende 'bad trip' kan, maar is zeldzaam.
- . Het gebruik van XTC, een zogeheten 'lovedrug', geeft sneller aanleiding tot onveilig seksueel gedrag.
- . Rijden onder invloed van XTC is gevaarlijk, zeker na een nachtje uitgaan en de vermoeidheid die daarmee gepaard gaat. Daar komen nog bij: een minder scherp zicht, een slechtere coördinatie, overmoed.

De bekende XTC-gevallen met een ernstige tot dodelijke afloop hebben aanleiding gegeven tot discussies over de precieze oorzaak. Wat in elk geval een grote rol speelt: uitdroging en oververhitting, een overdosis, risicovol gecombineerd druggebruik en het behoren tot een risicogroep.

DE RISICO'S OP LANGE TERMIJN (VOORAL VOOR REGELMATIGE GEBRUIKERS)

Gezondheid

XTC is als drug pas sinds ongeveer 20 jaar bekend, waardoor de risico's op lange termijn nog niet goed gekend zijn.

- . Sommige XTC-gebruikers worden na een tijd depressief, met gevoelens van zinloosheid, leegte, angst en paniek. Ook paranoïde gedachten en slapeloosheid kunnen zich voordoen.
- . Er zijn sterke aanwijzingen dat XTC ook chronische psychische stoornissen (mee) kan uitlokken, in de eerste plaats bij langdurig en frequent gebruik. Het gaat dan om psychosen, depressies en gevoelens van angst.
- . Lever- en nierbeschadigingen komen voor, net als een grotere gevoeligheid voor infecties in het algemeen en infecties van de urinewegen in het bijzonder (vooral bij vrouwen).

Sociaal en maatschappelijk

Zoals dat voor de meeste drugs geldt, kunnen er ook bij de ontdekking van XTC-gebruik conflicten met de omgeving ontstaan: met de ouders, de partner, de school, het werk... Dat is nog meer het geval als gebruikers te maken krijgen met politie en justitie.

RISICOGROEPEN

- . Mensen met astma, hart-, lever- en nieraandoeningen, een hoge bloeddruk, suikerziekte en epilepsie lopen extra risico's.

- Instabiele, depressieve en angstige mensen lopen meer risico op een depressie na XTC-gebruik. Ook aan wie een psychotische aanleg heeft, moet het gebruik absoluut worden afgeraden.

DE RISICO'S VOOR DE VRUCHTBAARHEID EN BIJ ZWANGERSCHAP

Het onderzoek naar de effecten van XTC op lange termijn is nog volop bezig.

- Vruchtbaarheid: omdat ze inwerken op de bloedsomloop, hebben stimulerende drugs over het algemeen een schadelijke invloed.
- Zwangerschap: XTC verstoort het normale dagnachtritme dat bij een zwangerschap wordt aangeraden, en leidt tot een hoger energieverbruik, terwijl er vaak te weinig wordt gegeten. Dat heeft negatieve gevolgen voor de ontwikkeling van de baby. Ook de kans op bepaalde afwijkingen is groter, met name aan het hart en de ledematen. De ernstigste afwijkingen ontstaan door XTC-gebruik in de eerste 3 maanden.
- Borstvoeding: via de moedermelk komt XTC ook in het lichaam van het kind.

Meer info: De Druglijn (2003). *Meest gestelde vragen. Alle vragen die draaien rond drugs en zwangerschap.* VAD: Brussel (folder)

DE RISICO'S BIJ GECOMBINEERD GEBRUIK

Er lijken bij XTC-gebruikers veel zogeheten 'combigebruikers' te zijn. Dat heeft te maken met de uitgaansomstandigheden waarin XTC vaak gebruikt wordt. Het gecombineerd gebruik met andere drugs of/en met bepaalde geneesmiddelen kan onvoorspelbare en gevaarlijke effecten hebben, ook al omdat XTC-gebruikers niet weten wat ze precies gebruiken:

- XTC en alcohol: deze combinatie verhoogt het risico op oververhitting – alcohol doet het vocht nog sneller uit het lichaam verdwijnen – en belast lever en nieren nog eens extra. Achterdochtige en agressieve gevoelens kunnen toenemen. De onaangename effecten van XTC worden versterkt. De kans op permanente schade wordt groter.
- XTC en cannabis: XTC-gebruikers nemen cannabis om tot rust te komen. Dat versterkt het hallucinogene effect van XTC.
- XTC en pepdrankjes: de combinatie met drankjes die rijk zijn aan cafeïne of guarana verhoogt het risico op zenuwachtigheid, stress en hartritme stoornissen.
- XTC en speed of cocaïne: de combinatie versterkt het stimulerende effect van XTC en is bijzonder gevaarlijk. Er is een hogere toxiciteit en meer kans op een overdosis, te hoge lichaamstemperatuur, angst- en paniekaanvallen, agressie, hart- en bloeddrukproblemen enzovoort.
- XTC en tripmiddelen (bijvoorbeeld LSD): het risico op wanen en 'bad trips' neemt toe.
- XTC en verdovende middelen (bijvoorbeeld heroïne, methadon, pijnstillers, slaapmiddelen): de combinatie neemt het stimulerende effect van XTC weg. De afhankelijkheidsrisico's worden groter.
- XTC en antidepressiva: XTC in combinatie met bepaalde antidepressiva (met name van de MAO-categorie) zorgt voor een veel te hoge bloeddruk, wat zeer gevaarlijk kan zijn.
- XTC en Viagra®: de combinatie kan bijzonder gevaarlijk zijn en is af te raden. XTC is op zichzelf al belastend voor hart en bloedvaten. Viagra® heeft op zijn beurt een bloeddrukverlagende werking en is ook belastend voor het hart. De combinatie van XTC met Viagra® kan tot hartritme stoornissen leiden.

Viagra®

Het geneesmiddel Viagra® wordt gebruikt voor de behandeling van mannen met erectiestoornissen. Het is enkel op doktersvoorschrift te verkrijgen. De jongste tijd blijkt Viagra®, al dan niet in zuivere vorm, ook voor te komen in het uitgaansmilieu, zij het op zeer beperkte schaal. Illegale drugs (bijvoorbeeld amfetamines, MDMA) hebben vaak als bijwerking dat mannelijke gebruikers erectieproblemen krijgen. Om die te verhelpen wordt naar Viagra® gegrepen. Viagra® heeft op zichzelf geen roeseffect en kan dus niet als drug gebruikt worden, zoals sommige dealers beweren.

De combinatie van XTC met Viagra® krijgt de naam 'sextacy'. Uit onderzoek blijkt dat de combinatie van drugs met Viagra® vaker tot onveilige seks leidt, waardoor het risico op HIV (aids) en andere seksueel overdraagbare aandoeningen (SOA) stijgt. Ook de samenstelling van Viagra-pillen in het illegale circuit is niet altijd duidelijk.

RAAK JE ER AFHANKELIJK VAN?

Door frequent gebruik gaat het stimulerende effect overwegen. De bewustzijnsverandering onder invloed van XTC wordt dan minder groot. Dat leidt er bij sommige gebruikers toe dat ze meer gaan gebruiken om hetzelfde effect te bereiken.

Van XTC word je lichamelijk niet afhankelijk; er zijn dus geen ontwenningverschijnselen. De vermoeidheid die na gebruik optreedt, kan wel aanleiding geven tot nieuw gebruik.

XTC leidt wél tot psychische afhankelijkheid: de drug en de sfeer eromheen (uitgaan, dansen, contacten, trance enzovoort) gaan het leven beheersen. Dat verlangen kan maanden blijven bestaan.

De drang om opnieuw te gaan gebruiken kan onverhoeds opduiken door het zogeheten 'trigger'-effect. Dat doet zich voor als een plaats, omgeving, gezelschap of bepaalde omstandigheden sterke associaties met vroeger XTC-gebruik oproepen.

MEER INFO HULP

- Is iemand onder invloed, laat hem/haar dan zeker niet deelnemen aan het verkeer (auto, fiets...) of gevaarlijk werk (machines, elektriciteit...) uitvoeren.
- Als het misloopt en iemand onwel wordt (bijvoorbeeld bewustzijnsverlies, een hoge lichaamstemperatuur, een snel wisselende hartslag, aanhoudende onrust...), is paniek uit den boze. Bel de 100 of 112.
- Objectieve informatie over druggebruik – in dit geval XTC – en over behandelingsmogelijkheden kan voor direct betrokkenen, zoals ouders, familieleden, werkgever, leerkrachten, jeugdwerkers, vrienden..., geruuststellend zijn. Het kan helpen om de dialoog met de gebruiker opnieuw op te nemen. Ook gebruikers zelf kunnen met vragen zitten over het product en zijn werking, de risico's, hoe te stoppen, wat de wet zegt... Voor al deze en andere vragen kan je terecht bij de huisarts of de DrugLijn.

Iedereen kan anoniem bellen naar de DrugLijn (met een vast toestel bel je tegen voerdeeltarief), elke werkdag van 12 tot 21 uur en op zaterdag van 15 tot 21 uur (zon- en feestdagen gesloten). Een team van medewerkers zit er klaar om alle vragen te beantwoorden. Zij weten ook waar je in je eigen buurt het best terecht kan met vragen of voor hulp.

www.vad.be | www.druglijn.be

DE DRUGLIJN
078-15-10-20

VAD

