



HEROÏNE

DE VRAGEN, DE ANTWOORDEN

Heroïne maakt vandaag een belangrijk deel uit van de illegale drughandel. Wat is heroïne? Welke effecten heeft het en waarom wordt het gebruikt? Wat zijn de risico's? Een kennismaking met de belangrijkste aspecten van heroïne en het gebruik ervan.

WAAR HEBBEN WE HET OVER?

Alles begint met opium, het gedroogde melksap van de onrijpe papaverbol (in het Latijn: papaver somniferum). Uit ruwe opium wordt het pijnstillende en kalmerende verdovingsmiddel morfine vervaardigd en in 1898 ontwikkelde een Duitse scheikundige op basis van morfine dan weer heroïne. Dat is dus ook een opiaat of opiumderivaat en het heeft een gelijkaardige werking. Heroïne, dat aanvankelijk eveneens als verdovend geneesmiddel was bedoeld, nam bij druggebruikers snel de plaats in van opium en morfine. In zijn zuivere labovorm is heroïne veel krachtiger dan morfine, maar in de praktijk wordt het gemengd ('versneden') met allerlei andere stoffen: andere chemicaliën, suikers, cafeïne, paracetamol enzovoort.

Min of meer zuivere heroïne ziet eruit als wit kristalpoeder. De geur doet aan azijn denken en de smaak is bitter. Heroïne is oplosbaar in water. Het uitzicht van versneden heroïne ('straatheroïne') kan variëren van een grijs of beige tot zelfs bruin grof poeder en geelbruine brokjes. Door de toevoeging van een zwak zuur, zoals citroensap, is het oplosbaar.

Heroïnehandel is veelal een zaak van criminelen. Dat verklaart mede de hoge prijs: € 20 tot 60 per gram voor 'bruine' heroïne. 'Witte' is iets duurder. Methadon (zie p.5) kost € 2 tot 3 per dosis.

TOEN EN NU

HEROÏNE VROEGER...

Opium wordt al enkele duizenden jaren als genotmiddel gebruikt. Voor koloniale mogendheden was het een belangrijke bron van inkomsten en onder meer in de 19de eeuw verspreidde het zich in Azië en Europa. Opiaten waren toen op veel plaatsen vrij te koop. (Denk aan Karl Marx' uitspraak uit 1844: "Godsdienst is opium van het volk.") Pas tegen de Eerste Wereldoorlog werd het niet-medische gebruik verboden.

Ook als verdovend geneesmiddel zijn opium en opiaten sinds mensenheugenis bekend; in de 20ste eeuw werd het gebruik ervan beperkt wegens de afhankelijkheid en de schadelijke gevolgen die het met zich meebracht. Toen aan het eind van de 19de eeuw heroïne werd ontdekt, gebruikten artsen dit nieuwe product om zware opium- en morfinegebruikers te behandelen. Tot ze vaststelden dat heroïne tot een nog grotere afhankelijkheid leidt. Maar op dat moment werd heroïne al op de drugmarkt gebruikt, in plaats van... opium en morfine.

... EN NU

Vooral sinds de jaren 1970 heeft heroïne een belangrijke plaats in de illegale drughandel. Het grootste deel van de opiumproductie komt uit Turkije, Iran, Irak, Afghanistan, India, Nepal, Bangladesh, Birma, Thailand, Laos, Mexico, Colombia en andere Zuid-Amerikaanse landen. Terwijl heroïne aanvankelijk een drug was die overwegend in marginale of criminele milieus circuleerde, maakte het vooral begin jaren 1970 in het Westen opgang in meer gegoede jeugdige middens, maar ook in de Derde Wereld.

In de geneeskunde wordt het soms gebruikt als pijnstiller, onder meer bij terminale kankerpatiënten.

IN VLAANDEREN

In de Europese Unie heeft naar schatting 1 tot 2% van de jongvolwassenen ervaring met heroïnegebruik. Andere recente cijfers uit onderzoek zijn er momenteel niet.

DE BELGISCHE WET

Heroïne invoeren, produceren, bezitten, gebruiken en verkopen is in België voor iedereen illegaal en dus strafbaar, ook na de recente wetwijziging 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 heroïne (en andere drugs dan cannabis) zijn de straffen door de wetwijziging 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?

Om het gewenste verdovende effect te sorteren moet heroïne – eventueel via de longen – in de bloedsomloop terechtkomen. Heroïne in poedervorm kan je inhaleren ('chinezen'): door het te verwarmen op aluminiumfolie komen er dampen vrij die via een kokertje worden ingeademd of -gesnoven.

Opgelost wordt het ingespoten (intraveneus). Het heroïnepoeder wordt op een lepel of blikje gelegd, opgelost in water en zuur (ascorbinezuur of citroensap) en vervolgens verhit. De oplossing wordt in een injectiespuit getrokken en in een bloedvat gespoten.

In combinatie met tabak wordt het ook gerookt.

HOE LANG WERKT HET?

De heroïneroes duurt 4 tot 6 uur, afhankelijk van de gebruiker, de ervaring en de hoeveelheid.

Beginnende gebruikers gebruiken zogenaamde 'tientjes': één tiende van een gram straatheroïne.

Een afhankelijke gebruiker kan tot 3 gram per dag nodig hebben. (Zie 'Raak je er afhankelijk van?')

HOE EN HOE LANG IS HEROÏNE OP TE SPOREN?

In de urine blijven er 1 tot 2 – maximaal 3 – dagen sporen van heroïne. In het bloed is de drug zowat 3 dagen opspoorbaar.



DE TAAL VAN DE STRAAT | HET HEROÏNE-JARGON

bruine, brown sugar, H, hero, horse, junk, smack > heroïne | **chinese rocks** > brokjes heroïne | **chinezzen** > het verhitten van heroïne op een aluminiumfolie, waarbij de vrijgekomen dampen via een dun kokertje worden geïnhaleerd en de heroïne rechtstreeks naar de longen gaat | **cold turkey** > letterlijk 'koude kalkoen'; ontwenningsverschijnselen bij niet-gebruik van heroïne door afhankelijke gebruikers | **de flash** > het hevige lichamelijke genotgevoel vlak na het inspuiten van heroïne of het inademen van heroïnedampen | **de shot/shotten** > de injectie van drugs; het woord wordt ook gebruikt voor de dosis die bij zo'n injectie wordt toegediend: 'een shot heroïne' | **speedball** > een mengeling van heroïne en cocaïne die wordt ingespoten

WAT DOET HEROÏNE?

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.

Gebruikers krijgen vooral bij het inhaleren en intraveneus inspuiten meteen de sensatie van een warme, euforisch makende gloed die door het hele lichaam stroomt (de zogeheten 'flash'). Die duurt enkele seconden. Daarna volgt er meestal een toestand van zich lichamenlijk goed voelen. Onlustgevoelens – pijn, verdriet, honger, angst, kou – worden milder of verdwijnen. Hetzelfde geldt voor positieve emoties als verliefdheid, blijdschap en seksuele gevoelens. Gebruikers zijn in zichzelf gekeerd en belanden in een soort roes van welbehagen en onverschilligheid. Ze raken snel geïrriteerd. Heroïnegebruikers voelen zich ook versuft en slaperig, hun ademhaling, hartslag en andere lichaamsfuncties gaan trager, de lichaamstemperatuur daalt en de pupillen vernauwen zich sterk.

In veel gevallen ervaart men bij het eerste gebruik van heroïne onaangename neveneffecten: sommige worden misselijk, krijgen jeuk en moeten overgeven.

WAT ZIJN DE RISICO'S?

Zoals voor veel drugs geldt ook hier dat gebruikers vaak niet weten wat ze precies in handen krijgen en met welke stoffen de drug al dan niet is versneden. 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

- Omdat gebruikers nooit weten hoe zuiver of versneden de heroïne is, is het gevaar voor een overdosis groot. Dat is vooral acuut als men heroïne van betere kwaliteit gebruikt dan gewoonlijk of als iemand na een periode van niet-gebruik weer de 'gewone' dosis neemt. Hét symptoom van een overdosis zijn vooral zware ademhalingsproblemen. Die leiden soms tot een coma, en zelfs de dood.
- Als de heroïne is versneden met giftige stoffen, kan zelfs een kleine dosis al fataal zijn.
- Door een heroïneverdoving is de kans op ongevallen groter.

- . Omdat pijngevoelens wegvallen, herkent men bepaalde ziektes minder snel.
- . Een ongeluk bij het spuiten behoort altijd tot de mogelijkheden.
- . Te weinig ontsmetting en het gebruik van vuile of besmette naalden kunnen ontstekingen en abscessen veroorzaken, en besmettingen: hepatitis B, C, HIV (aids) en andere infectieziekten.

Sputenruil

Sinds 2000-2001 is er in Vlaanderen een wettelijk kader voor een programma dat een systeem wil uitbouwen voor het verdelen en ruilen van spuiten. Apotheken staan daarbij in voor de verdeling van steriele spuiten. Sommige apothekers verzamelen ook gebruikte spuiten en nemen deel aan de spuitenruil. De eigenlijke spuitenruil gebeurt via de laagdrempelige hulpverlening (medisch-sociale opvangcentra, dagcentra, straathoekwerk). Daar wordt ook aan preventie (bijvoorbeeld inzake overdosissen) en informatieverbreiding gedaan.

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

Gezondheid

- . Heroïnegebruik ondermijnt de natuurlijke lichaamsweerstand tegen allerlei infecties. Dat komt onder meer door het verwaarlozen van de voeding en het onregelmatige leven dat gebruikers leiden.
- . Verstopping en andere darmproblemen komen vaak voor.
- . Er komen littekens op armen en benen door het frequente spuiten en/of door de ontsteking van wondjes.

Sociaal en maatschappelijk

- . Heroïnegebruik wordt gauw dwangmatig. Het hele leven is erop gericht, wat tot sociaal isolement leidt.
- . Heroïnegebruik is duur, wat kan leiden tot financiële problemen, de verkoop van bezittingen, zakenrollerij en diefstallen, prostitutie (het fenomeen van de 'heroïnehoertjes') en dealen.
- . Veel gebruikers komen vroeg of laat in aanraking met justitie en politie, met alle gevolgen van dien voor de situatie thuis, op school, op het werk...

DE RISICO'S VOOR DE VRUCHTBAARHEID EN BIJ ZWANGERSCHAP

- . Vruchtbaarheid: heroïne vermindert de zin in seks. Langdurig gebruik kan bij de man tot impotentie leiden, die na het beëindigen van het gebruik omkeerbaar is. Bij vrouwen blijven de maandstonden weg. Dat zorgt voor een vals gevoel van onvruchtbaarheid en het niet of laattijdig herkennen van een zwangerschap.
- . Zwangerschap: opiaten hebben een negatief effect op moeder en kind. Er is een grotere kans op een miskraam, het overlijden van het embryo, aangeboren afwijkingen, groeivertraging en ziektes en infecties door het gebruik van spuiten. Baby's van moeders die heroïne gebruiken, zijn kleiner en lichter, hebben meer abnormale slaappatronen en maken een grotere kans op wiegendood. Een dosis heroïne vlak voor de bevalling kan leiden tot een voor de baby gevaarlijk zuurstoftekort. Tijdens de zwangerschap is ontwenning door het plotseling stoppen risicovol voor een miskraam of vroeggeboorte, vooral in de eerste en laatste 3 maanden. Het is beter over te stappen op methadon: een geregeld aanbod blijft dan verzekerd, in het belang van het kind.
- . Na de geboorte: foetussen kunnen afhankelijk worden van heroïne en na de geboorte ontwenningverschijnselen vertonen. Die kunnen mild of ernstig zijn, en duren enkele dagen tot enkele maanden. Soms is er medicatie nodig. Baby's kunnen ook tijdens de borstvoeding afhankelijk worden. Borstvoeding door gebruiksters wordt dan ook afgeraden.

DE RISICO'S BIJ GECOMBINEERD GEBRUIK

Heroïne wordt vaak in combinatie gebruikt, of in een cocktail met andere middelen:

- . De combinatie met een ander verdovend middel – onder andere alcohol, een groot aantal slaadmiddelen enzovoort – leidt tot het bekende 2+2=5-effect. De middelen versterken elkaar.

- In combinatie met een oppeppend middel – cocaïne, amfetamines – heffen de twee elkaar deels op zonder dat de flash en andere euforische effecten verdwijnen. Het gevaar bestaat dan dat er ongemerkt te veel wordt gebruikt.

RAAK JE ER AFHANKELIJK VAN?

Bij heroïne is de tolerantie – de nood aan steeds grotere dosissen om hetzelfde effect te krijgen – hoog, wat snel kan leiden tot frequenter en/of meer gebruik. Onder meer door die tolerantie worden gebruikers zowel psychisch als lichamelijk sterk afhankelijk. Psychisch is vooral de roeservaring overweldigend, waardoor alle problemen lijken te verdwijnen, maar ook lichamelijk is de afhankelijkheid groot in vergelijking met andere drugs. Het is wel een fabeltje dat je al na één keer ‘verslaafd’ zou zijn. Wie afhankelijk is van heroïne, moet doorgaans meerdere keren per dag gebruiken om ontwenningssverschijnselen te vermijden.

ONTWENNINGSVERSCIJNSELEN

De ontwenningssverschijnselen bij het stoppen of niet tijdig gebruiken zijn uiteenlopend en hangen af van de ernst en de duur van de afhankelijkheid, en de lichamelijke en psychische conditie van de gebruiker:

- geïrriteerdheid, rusteloosheid, slaapproblemen, angstgevoelens;
- tranende ogen en lopende neus;
- zweten, koude rillingen, kippenvel;
- pijn in armen en benen;
- buikkrampen en diarree, misselijkheid en overgeven.

De afkickverschijnselen kunnen zonder medicatie 7 tot 10 dagen duren.

Methadon

Methadon, een synthetisch opiaat en dus ook een verdovende drug, wordt sinds de jaren 1960 als vervangmiddel voorgeschreven aan zware gebruikers van heroïne en andere verdovende middelen. Het wordt in de vorm van pillen of vloeistof oraal ingenomen en blijft langer dan heroïne werkzaam (20 tot 24 uur). Methadon wordt ook in de geneeskunde gebruikt als pijnstiller.

Doel is de gezondheid van gebruikers te beschermen en de levenskwaliteit te verhogen, onder meer omdat ze niet langer op zoek hoeven naar geld en drugs. Soms is het ook de bedoeling het gebruik over een verloop van enkele weken af te bouwen (‘afbouw- of ontwenningssprogramma’s’). Zogeheten ‘onderhoudsprogramma’s’ hebben dat doel niet en voorzien in een dagelijkse dosis methadon.

Waarom methadon?

- omdat de inname veiliger is (geen injecties), veiliger tijdens de zwangerschap;
- omdat het heroïne vervangt zonder ontwenningssverschijnselen;
- omdat de euforie ontbreekt en dus ook een deel van de psychische dwang om te gebruiken;
- omdat er geen tolerantie is;
- omdat de werkingsduur van ongeveer een volle dag en de veel lagere prijs een relatief normaal levensritme mogelijk maken; dat doet de criminaliteit dalen en het verhoogt de kansen op sociale integratie.

MEER INFO HULP

- Is iemand (nog) 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 snel wisselende hartslag, problemen met de ademhaling) is paniek uit den boze. Bel de 100 of 112.
- Bij problemen met heroïne zijn een medische en psychosociale behandeling nodig, en ook mogelijk. Zo'n behandeling kan al dan niet een opname vereisen. Wat houdt een opname juist in, kan men ook op gesprek gaan, hoe anoniem is dit alles, hoeveel kost dat...? Met deze en andere vragen kan je terecht bij de huisarts of de DrugLijn.
- Objectieve informatie over heroïne kan voor direct betrokkenen, zoals ouders, familieleden, werkgevers, 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 voordelstarief), 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

