



drugs abc

xtc

MDMA – de actieve stof in xtc – werd in de jaren tachtig populair als uitgaansdrug. Xtc is, tot op de dag van vandaag, nog steeds de meest populaire illegale uitgaansdrug.

Toch is het gebruik van xtc niet zonder risico's. 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.

Wat is xtc

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.

Regelmatig bevatten xtc-pillen ook andere stoffen zoals MDA, PMA, mefedrone, ... Deze stoffen hebben meestal een werking vergelijkbaar met die van MDMA, maar kunnen soms gevaarlijker zijn. De prijs per pil, tablet of capsule bedraagt € 2,5 tot 10.

XTC VROEGER

In het Engels klinkt het letterwoord xtc als 'ecstasy', wat zoveel betekent als 'extase'. Dat begrip xtc 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 uitgaanssfeer verspreid. Het werd gecommercialiseerd – 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

Al meer dan 20 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 eerste hoogtepunt beleeft, verspreidt xtc zich in de slijpstream 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.



De Belgische wet

Xtc (MDMA) invoeren, produceren, bezitten, gebruiken en verkopen is in België voor iedereen illegaal en dus strafbaar.

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 zwaarder dan voor cannabis: ze bestaan uit een combinatie van een geldboete én een gevangenisstraf. Daarnaast benadrukt de reglementering evenwel het belang van een vroege interventie door de hulpverlening: straffen moet het laatste middel zijn.



De effecten, het gebruik en de werking

Wie xtc slikt, ervaart zowel opwekkende als bewustzijnsveranderende effecten. Vaak spreekt men over een gelukkig, tintelend gevoel. Men wil praten, een gevoel van intimiteit beleven met de mensen rond hen. De waarneming van kleuren, geluid, aanraking,... wordt intenser. Men voelt zich energiek en helder.

HOE WORDT XTC GEBRUIKT?

- Xtc wordt geslikt in de vorm van tabletten (de zogeheten 'pillen' of 'bollen'). Er zijn grote verschillen in kleur en vorm. Tabletten worden vaak genoemd naar de afbeelding of het logo dat erop voorkomt: een 'Duijfe', 'Mitsubishi', 'Playstation' enzovoort.
- Xtc bestaat ook in poedervorm (MDMA-poeder). Het wordt in dat geval opgelost in water of een ander vloeistof en gedronken of ingeslikt, al dan niet in een sigarettenblaadje of capsule. MDMA-poeder kan ook gesnoven worden, maar dat komt minder voor.

WAT DOET HET?

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, die vooral bij hogere dosissen meer uitgesproken zijn.

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
- tandenknarsen

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, zoals vermoeidheid, leegheid, slapeloosheid, ...

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 speeksel en de urine: 1 tot 3 dagen.

DE TAAL VAN DE STRAAT | HET XTC-JARGON

- 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

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 maakt het moeilijk om goed te doseren en kan bijgevolg tot levensgevaarlijke situaties leiden.

Daarnaast zijn er kortetermijnsrisico's zoals oververhitting en uitdroging. Er bestaat ook kans op de zogenaamde mid-week blues waarbij de gebruiker zich enkele dagen na het gebruik neerslachtig en uitgeput voelt. Er zijn ook langetermijnsrisico's, die momenteel nog verder onderzocht worden.

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 de gebruiker 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, maar hoe hoger de dosis hoe gevaarlijker het wordt. Hitteberoertes vormen de belangrijkste doodsoorzaken bij xtc-gebruik. Afkoelen, rusten en water of isotone sportdrankjes drinken verminderen het risico. Te veel water kan dan weer leiden tot een vergiftiging.
- Bij xtc weet de gebruiker nooit wat hij echt slikt: (on)zuivere MDMA al dan niet 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 en een hoog oplopende temperatuur.
- Xtc kan verkeerd vallen. De gebruiker voelt zich dan ziek, draaierig of misselijk. En vaak ook verward en angstig. Die angst en verwardheid kunnen dagen of soms zelfs weken blijven hangen.
- 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 dagen na gebruik, kan men zich slecht in z'n vel voelen, de zogenaamde 'mid-week blues', of kan men last hebben van prikkelbaarheid, hoofdpijn, duizeligheid, slechte concentratie, vermoeidheid of slapeloosheid.

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

Gezondheid

Xtc is als drug pas sinds de jaren negentig goed en wel bekend, waardoor de risico's op lange termijn nog niet goed gekend zijn. Risico's door xtc-gebruik hangen sterk samen met de dosis die men neemt, hoe vaak men xtc gebruikt, de omgevingstemperatuur en omstandigheden (vb lange nachten wakker zijn) waarin men gebruikt.

- 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).
- Xtc-gebruik, voornamelijk bij frequent gebruik en hoge dosissen kan negatieve effecten hebben op de hersenen. Het concentratievermogen en het geheugen nemen dan af.

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.

DE RISICOGROEPEN

- Mensen met astma, hart-, lever- en nier-aandoeningen, 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: voor zover bekend heeft xtc geen effect op de kwaliteit van de spermacellen en eicellen van mensen.
- 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. (vb. klompvoeten). 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.

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 roken cannabis meestal om tot rust te komen of om het hallucinogene effect van xtc te versterken.
- 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.

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 ontwenningssverschijnselen. 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

Contacteer De DrugLijn voor alle vragen over drank, drugs, pillen en gokken.
Voor informatie, een eerste advies of voor adressen voor hulp en preventie.
Anoniem, objectief en zonder te oordelen of veroordelen.

BEL 078 15 10 20

ma-vr: 10-20 u. (niet op feestdagen)
vanaf een vast toestel bel je aan voordeeltarief

NEEM CONTACT VIA WWW.DRUGLIJN.BE

stel je vraag via mail, Skype of chat
je krijgt steeds een persoonlijk antwoord