

# Drugs

wat zijn dat?

Alle stoffen die het  
zenuwstelsel beïnvloeden

dus je gevoel:  
b.v.pijn, stemming  
vermoeidheid



# Hard en soft drugs

## Wat is het verschil tussen harddrugs en softdrugs?

De overheid heeft een onderverdeling gemaakt naar harddrugs en softdrugs. Bij deze verdeling wordt ervan uitgegaan dat softdrugs minder schadelijk zijn voor de gezondheid dan harddrugs. In werkelijkheid kan het gebruik van softdrugs ook tot (grote) problemen leiden.



## Harddrugs

Harddrugs zijn drugs met een onaanvaardbaar risico voor de gezondheid. Ze zijn illegaal en volgens de overheid **gevaarlijk**.

Enkele voorbeelden:

XTC

amfetamine (speed)

heroïne

cocaïne

opium

LSD



## Softdrugs

Softdrugs zijn volgens de overheid minder gevaarlijk dan harddrugs. Ze zijn semi-illegaal (worden doorgaans **gedoogd**).

Enkele voorbeelden:

hasj

wiet



## Drie groepen drugs

Drugs beïnvloeden de hersenen. Door drugs beleef je dingen anders en voel je je anders.

Je kunt drugs in drie groepen indelen:

### Stimulerende drugs

Stimulerende drugs verhogen de hartslag en prikkelen de zenuwen. De gebruiker krijgt enorm veel energie. Voorbeelden van stimulerende drugs zijn: XTC, speed en cocaïne, maar ook cafeïne en nicotine.



Spuit voor heroïne

### Verdovende drugs

Verdovende drugs maken je nieren. Je zorgen lijken te verdwenen. Je voelt je heel kalm. Voorbeelden van verdovende drugs zijn: hasj, marihuana, heroïne, en slaap- en kalmeringsmiddelen.

### Hallucinerende drugs

Van hallucinerende drugs gaat de gebruiker dingen zien die er niet zijn. De gebruiker hoort dingen die er niet zijn.

## Drugsverslaving

Het gebruik van drugs kan tot grote lichamelijke en geestelijke problemen leiden. Zeker als je verslaafd raakt aan drugs. Je bent **lichamelijk verslaafd** aan drugs als je lichaam niet meer zonder die drug kan. Het lichaam is zo gewend geraakt aan drugs dat het gaat protesteren als het ineens geen drugs meer krijgt. Heroïnegebruikers krijgen bijvoorbeeld last van braken, zweten, angstaanvallen en agressie. Dat noem je **ontwenningverschijnselen**.

Niet alle drugs veroorzaken een lichamelijke verslaving, maar je kunt er wel geestelijk aan verslaafd raken. Je bent **geestelijk verslaafd** als je het idee hebt dat je niet meer goed kunt functioneren zonder die drug. Als je de drug niet gebruikt, denk je er de hele tijd aan. Je hebt geen aandacht meer voor andere zaken.

ik: verslaafd? ik stop elke dag!!!

<b>Middel</b>	<b>Lichamelijke verslaving</b>	<b>Geestelijke verslaving</b>
<b>Alcohol</b>	<b>X</b>	<b>X</b>
<b>Nicotine (tabak)</b>	<b>X</b>	<b>X</b>
<b>Hasj en marihuana</b>		<b>X</b>
<b>Heroïne</b>	<b>X</b>	<b>X</b>
<b>Cocaïne</b>		<b>X</b>
<b>XTC</b>		<b>X</b>
<b>Slaap- en kalmeringsmiddelen</b>	<b>X</b>	<b>X</b>
<b>Cafeïne (koffie, thee en cola)</b>	<b>X</b>	<b>X</b>

## Stoppen met drugs

Het stoppen met drugs (afkicken) is erg zwaar. Drugsverslaafden moeten er aan wennen dat ze hun problemen niet met drugs kunnen oplossen. Bovendien moeten ze vaak ook andere problemen oplossen die door hun drugsgebruik zijn ontstaan, zoals geldschulden en relatieproblemen. Drugsverslaafden moeten dus niet alleen een lichamelijke en geestelijke verslaving overwinnen, ze moeten vaak een heel nieuw leven opbouwen. Nieuwe vrienden, een opleiding afmaken, een nieuwe baan, een nieuw huis. Daarvoor is professionele hulp nodig.

<b>middel</b>	<b>Gewenning</b>	<b>Psychische afhankelijkheid</b>	<b>Lichamelijke afhankelijkheid</b>	<b>Korte termijn effecten</b>	<b>Lange termijn effecten</b>	<b>Toege- staan</b>
Cafeïne (thee, koffie, cola, energiedrank)	Ja	kans klein	gering	Waakzaamheid neemt toe, vermoeidheid wordt onderdrukt	Slapeloosheid, rusteloosheid	
Tabak (nicotine)	ja	kans klein	gering	Stimulerend, gevoel van welbevinden	Hart- en vaatziekten, bronchitis, maagzweer, longemfyseem, kanker	
cocaïne	nee	kans groot	nee	Stimulerend, vermoeidheid en honger worden onderdrukt	Gewichtsverlies, slapeloosheid, angsten, hallucinaties	
Pep(amfetaminen, wekaminen)	ja	kans groot	kans klein	Waakzaamheid neemt toe, vermoeidheid wordt onderdrukt, eetlust	Rusteloosheid, geprikkeldheid, gewichtsverlies, psychoses, hallucinaties	
				heid		
Kalmeringsmiddelen en pijnstillers	ja	mogelijk	mogelijk	ontremmend, sufheid, onverschilligheid, zelfoverschatting	Gewichtstoename, traagheid, soms spierzwakte	
alcohol	ja	kans groot	ja	ontremmend, aantasting oordeelvermogen, reactietijd coördinatie en zelfbeheersing	Schade aan lever en hersenen, vetzucht, ernstige onthoudingsverschijnselen	



Slaapmiddelen, (barbituraten)	ja	Kans groot	ja	Sufheid, aantasting oordeelvermogen,rea ctietijd coördinatie en zelfbeheersing	Gewichtsverlies,geprik keldheid,verward gedrag,zeer ernstige onthoudingsverschijn selen	
Opiaten	ja	Kans groot	ja	Aantasting intellectueel functioneren en coördinatie,onaange naam effect bij niet verslaafden(wordt asociaal)	Verstopping,afname seksuele activiteit,onaangename onthoudingsverschijn selen	
Indische hennep (marihuana, hasj)	nee	Kans klein	Waarschijnlijk niet	Verandering tijdsbeleving, tijdelijk geheugen verlies0	Lichamelijk en psychische schade onzeker	
Snuifmiddelen, lijm, benzine, tri	Onbekend maar waarschijn lijk	Kans klein	Onbekend maar waarschijnlijk	Lichte roes, aantasting coördinatie vermogen en oordeelvermogen	Lever,nier en hersensbeschadiging	