

Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten,

wie in der GEMEINSAM 2-2017 bereits angekündigt habe ich einige Informationen zu Drogen zusammengetragen um diese hier auf der Internetseite für euch bereit zu stellen.

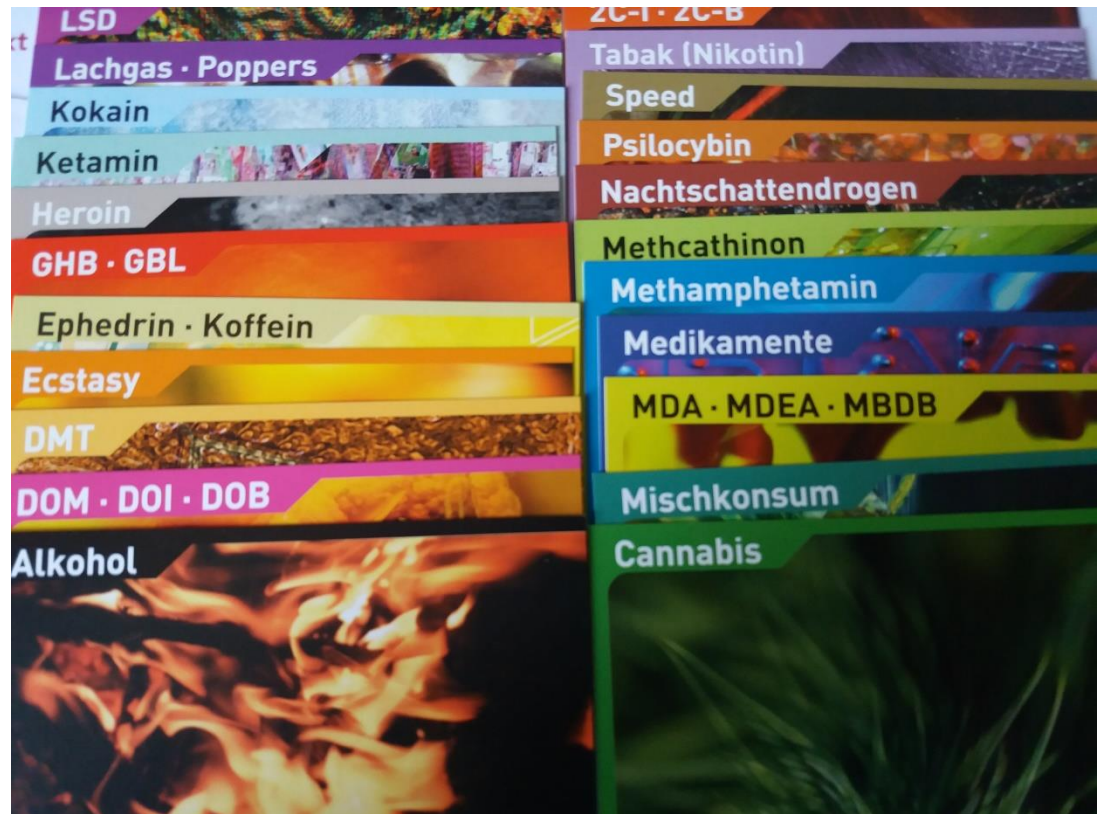
Viel Spaß beim lesen wünscht

Gabi Kreyenberg

Um das Thema **DROGEN** (Alkohol, Cannabis, Tabak, Medikamente etc.) noch ein wenig aufzugreifen finden Sie hier einige Informationen. Auf den Fotos sind 22 Drogenkarten abgebildet die unter der angegebenen Adresse käuflich erworben werden können.

Die Drogenkarten enthalten alle wichtigen Informationen über die:

- Substanz
- Erscheinungsformen
- Konsumformen
- Dosierung
- Wirkung
- Wirkungseintritt
- Wirkdauer
- Risiken und Nebenwirkungen
- Langzeitriskiken
- Safer use



Dazu gibt es ein zweiseitiges Informationsblatt das Tipps für Männer, für Frauen, im Notfall, über Prozesse die im Gehirn entstehen und das Gesetz usw. informiert. Alles einzeln wieder zu geben sprengt hier den Rahmen.

Ich selbst habe an dem Seminar über Mehrfachabhängigkeiten teilgenommen und war überrascht wie wenig ich über die vielen verschiedenen Substanzen wusste. Die Karten helfen hier sehr gut eventuelle Wissenslücken zu schließen.

ansprechbar - by partypack.de

Ein Projekt der Drogenhilfe Köln gGmbH

Fachstelle für Suchtprävention

Hans-Böckler-Str. 5

50354 Hürth

<mailto:ansprechbar@partypack.de>

[www.partypack.de](http://www.partypack.de)

Gabi Kreyenberg

<b>Drogen – Wirkung und Folgen</b>			
eine Auswahl			
	<b>Chemisch</b>	<b>Wirkung</b>	<b>Langzeitfolgen</b>
<b>DOWNER</b>			
Heroin Opium Morphin	Aus dem Saft der Mohnpflanze, auch chem. Verändert	Löst Ängste und Spannungen; Desorientierung	Psychische und körperliche Abhängigkeit
<b>STIMMULANZIEN</b>			
Kokain Speed	Aus Kokablättern Amphetamin Synthetisch	Euphorie, Unruhe, Anstieg der Pulsfrequenz	hohes psychisches Abhängigkeitspotential
<b>SCHNÜFFELSTOFFE</b>			
Poppers Lachgas Klebstoffe	Nitrite Distickstoffmonoxid Lösungsmittel	Erweiterung der Blutgefäße, Rausch mit Glücksgefühl	Hirn- und Nervenschädigung, Leber- & Nierenschädigung
<b>SYNTH. DROGEN</b>			
Ecstasy MDA MDE	Amphetamin-derivate	Euphorie, trance-ähnliche Zustände	Veränderung des Serotonin-Systems im Gehirn, Depressionen
<b>HALLUZINOGENE</b>			
LSD Pilze	Lysergsäure-diethylamid, Psilocybin	Intensivierung & Verfremdung von Wahrnehmungen	Toleranzbildung, Depressionen und Schizophrenie
<b>ALKOHOL</b>			
Schnaps Wein Bier	Ethylalkohol Ethanol	Enthemmung, Reaktionsstörung, Aggressivität	psych. & physische Abhängigkeit, Zerstörung v. Gehirnzellen
<b>NIKOTIN</b>			
Tabak	Nikotien	Anreg. bei Müdigkeit, Beruhigung bei Nervosität	schwere phys. und psych. Abhängigkeit, Krebs, Thrombosen
<b>CANNABIS</b>			
Haschisch Marihuana	THC – Tetrahydrocannabinol	Gefühlszustände und Sinneseindrücke werden verstärkt	Beeinträchtigung des Kurzzeitgedächtnisses

Grafik: nach APA, Quelle: Check IT/Wiener Drogenkoordination

## Kapitulation

Bei einem Alkoholiker sind gleichsam zwei Teilpersönlichkeiten. „Der Realist“, der nach langen Jahren des Leidens erkennt, dass er mit diesem Stoff nicht umgehen kann und „der Illusionist“ das ist jener Teil der sagt, Du kannst es doch, Du musst es nur etwas geschickter anfassen.

Du darfst eben keinen Schnaps mehr trinken sondern nur noch Bier, dann wirst DU es schon schaffen.

Diese beiden Seiten stehen im Kampf, und dieser Kampf geht oft jahrelang, ja oft ein Jahrzehnt.

Ich vergleiche es oft mit dem Boxkampf mit Cassius Clay. Cassius Clay ist zwar heute nicht mehr der berühmte Boxer, aber für uns ist er immer noch ein Symbol, ein Champion.

Stell Dir einmal vor, Du würdest Cassius Clay zum Boxkampf einladen. Du kannst Dir denken, was er mit Dir macht. In einer Minute bist du k.o.: und die Leute auf den Rängen werden Dich bedauern und sagen, „dieser arme Kerl“. Mut hat er, aber er ist k.o. Und Du würdest in das Krankenhaus kommen und würdest einigermmaßen wieder hergestellt sein und jedermann würde denken:

„Der hat genug für immer“. Nicht so Du. Du gehst in die Straße, in der Cassius Clay wohnt, Du kennst genau den Eingang und Du kennst genau das Schild und Du drückst auf die Klingel und Cassius schaut zum Fenster heraus und Du sagst wieder:

„Cassius, lets go.“ – Und er schlägt Dich wieder zusammen, das geht dreimal so und geht fünfmal so und das geht zehnmal so und immer wieder, wenn Du einigermmaßen auf den Beinen bist, dann gehst Du in diese Gasse und drückst auf die Klingel und Cassius schaut zum Fenster raus und er schlägt Dich zusammen. Das geht so lange, bis du eines Tages das demütige Wort sagst:

„Cassius, Du bist stärker als ich“. Ich habe verloren. Ich gebe zu, dass ich der Schwächere bin.

Um dieses Eingestehen der Schwäche und um dieses Eingestehen der Niederlage hast Du Dich jahrelang herumgedrückt, weil Du gedacht hast, dann bricht mein ganzes Leben auseinander. Und diese Angst war der Grund, warum Du immer wieder in den Ring getreten bist und dann machst Du plötzlich die Erfahrung, dass Deine Angst nicht stimmt. In dem Augenblick, in dem Du nämlich zugegeben hast, dass Cassius stärker ist als DU, in dem Augenblick kommt es zu einer inneren Ruhe und Zufriedenheit. Nicht Dein Leben bricht zusammen sondern es bricht Hoffnung auf, ein Weg nach vorn wird deutlich, den Du bisher nie gesehen hast. Das Paradoxe geschieht, das durch das zugeben der Niederlage Leben entsteht. Der Verlierer wird zum Gewinner. Die äußere Situation hat sich nicht geändert. Du bleibst nach wie vor Alkoholiker. Aber Du musst nicht mehr trinken, Du stehst nicht mehr unter dem Zwang es beweisen zu müssen, dass Du mächtig bist.

(Vortrag von Franz Strieder, Fachklinik Tönisstein)

Heinz v.W.