

# nabbi cannabis



Beim Verzehr von Cannabis setzen die Wirkungen im Gegensatz zum Rauchen langsamer ein, können aber mehrere Stunden anhalten.

# cannabis



Cannabis wird meist geraucht, seltener auch als Beimischung in Lebensmitteln zu sich genommen. Die wirksame Substanz ist THC. Hauptwirkungen sind Entspannung, Heiterkeit, Verstärkung von Stimmung, Wahrnehmungen und Appetit, Beeinträchtigung der Achtsamkeit.



Beim Rauchen von Cannabis Atemwegserkrankungen. Häufiger Konsum kann Motivation, Antrieb und Konzentration beeinträchtigen. Gefahr einer psychischen Abhängigkeit, u.U. einer physischen Abhängigkeit bei sehr starkem Konsum.



Bei regelmäßigem Konsum sollte man immer wieder mehrwöchige Pausen einlegen um zu kontrollieren, welchen Stellenwert Cannabis im Leben einnimmt. Im Zweifelsfall den CUDIT-Test machen um sich selbst einzuschätzen und über das Ergebnis mit einem Arzt/einer Ärztin reden.

Beim Verzehr von Cannabis setzen die Wirkungen im Gegensatz zum Rauchen langsamer ein, können aber mehrere Stunden anhalten. In dieser Zeit soll man nicht zusätzlich konsumieren. Unter Einfluss weder Auto fahren noch Maschinen bedienen.



Wenn Sie Fragen zum Cannabiskonsum haben, reden Sie mit einem Arzt/einer Ärztin Ihres Vertrauens oder wenden Sie sich an eine Beratungsstelle, egal, ob es um Ihren eigenen Cannabiskonsum oder den Konsum anderer Personen aus Ihrem Umfeld geht. Ärzte stehen unter Schweigepflicht, auch wenn es sich um illegale Drogen handelt.

[www.mag-net.eu](http://www.mag-net.eu)

© 2014



## MAG-Net2



Interreg IVA  
Growth through Europe



Wallonie



La Région  
**Lorraine**



MINISTERIUM FÜR SOZIALES,  
ARBEIT, GLEICHHEIT,  
UND ENERGIE



Ministerium für  
Wirtschaft, Energie,  
Raum und Verkehr  
**SAARLAND**

FONDS DE LUTTE CONTRE CERTAINES FORMES DE CRIMINALITE

# alkohol

The image features the word 'alkohol' in a large, bold, sans-serif font. The letters 'a', 'l', 'k', 'o', and 'h' are rendered in a bright orange color, while the letters 'k', 'o', and 'h' are white. The letter 'o' is replaced by a dark blue silhouette of a bottle, set against a circular orange background. The entire graphic is set against a solid purple background.

Wer regelmäßig Alkohol trinkt, sollte zwei Wochen pausieren und beobachten, welchen Stellenwert der Konsum einnimmt.

# alkohol



Alkohol wird getrunken, die Wirksubstanz ist Ethanol. Alkohol in Maßen entspannt, ruft leichte Euphorie hervor, enthemmt, erleichtert den Kontakt. Reflexe werden verlangsamt. Bei höherer Dosis wird man schläfrig, die Wahrnehmung ist verzerrt, und es kann zu Gleichgewichtsstörungen kommen.



Hauptrisiken sind leichtsinniges Verhalten, z.B. riskantes Verhalten im Straßenverkehr (Unfälle und Stürze, auch als Fußgänger oder Radfahrer), riskante Sexualpraktiken, aggressives Verhalten, die Gefahr, Opfer von sexuellen Übergriffen zu werden. Langzeitriskiken: psychische und körperliche Abhängigkeit, Krankheitsrisiken und Organschädigungen (z.B. Leber, Magen, Speiseröhre).



Keinen Alkohol trinken um Durst zu löschen. Keinen Alkohol auf leeren Magen trinken, nicht mehrere Getränke schnell hintereinander trinken. Unter Alkohol nicht am Straßenverkehr teilnehmen. Wer regelmäßig Alkohol trinkt, sollte zwei Wochen pausieren und beobachten, welchen Stellenwert der Konsum einnimmt (Tipp: der AUDIT-C-Fragebogen!).



Wenn Sie Fragen haben, reden Sie mit einem Arzt/einer Ärztin Ihres Vertrauens oder wenden Sie sich an eine Beratungsstelle, egal, ob es um Ihren eigenen Konsum oder den Konsum anderer Personen aus Ihrem Umfeld geht. Ärzte stehen unter Schweigepflicht.

[www.mag-net.eu](http://www.mag-net.eu)

© 2014



## MAG-Net2



Interreg IVA  
Growth through Regional Integration



Wallonie



La Région  
Lorraine



MINISTERIUM FÜR SOZIALES,  
ARBEIT, GLEICHRECHT,  
UND JUGEND



Ministerium für  
Wirtschaft, Arbeit,  
Familie und Soziales  
SAARLAND

FONDS DE LUTTE CONTRE CERTAINES FORMES DE CRIMINALITE

# tabak

Nikotin steigert die Aufmerksamkeit und die kurzfristige Gedächtnisleistung, hemmt Angst, Stress, und Appetit.

# tabak



Tabak wird meist geraucht, seltener gesnift oder gekaut. Die wirksame psychoaktive Substanz ist Nikotin. Nikotin wirkt stimulierend, aber auch beruhigend. Es steigert die Aufmerksamkeit und die kurzfristige Gedächtnisleistung, hemmt Angst, Stress, und Appetit.



Nikotin ist eine der am stärksten suchterzeugenden und suchterhaltenden Substanzen (körperliche und psychische Abhängigkeit).

Hauptrisiken beim Rauchen sind Atemwegserkrankungen (chronische Bronchitis, erhöhte Gefahr von Lungenerkrankungen und Lungenkrebs), schlechtere Durchblutung von Haut und Herzkranzgefäßen.



Bei regelmäßigem Konsum sollte man immer wieder mehrträgige bis mehrwöchige Pausen einlegen um zu kontrollieren, welchen Stellenwert Tabak im Leben einnimmt. Im Zweifelsfall den Fagerström-Test machen.



Wenn Sie hierzu Fragen haben, reden Sie mit einem Arzt/ einer Ärztin Ihres Vertrauens oder wenden Sie sich an eine Beratungsstelle, egal, ob es um Ihren eigenen Konsum oder den Konsum anderer Personen aus Ihrem Umfeld geht.

[www.mag-net.eu](http://www.mag-net.eu)

© 2014



## MAG-Net2



FONDS DE LUTTE CONTRE CERTAINES FORMES DE CRIMINALITE

# ecstasy



Die genaue Zusammensetzung

der Tabletten ist immer ungewiss:

Einige enthalten überhaupt kein MDMA,

andere sind sehr hoch dosiert.

# ecstasy



Ecstasy wird meistens als Tabletten verkauft, die sich durch Logos, Farben und Formen unterscheiden. Dieses Aufputschmittel mindert Hunger und Durst, bewirkt einen ausgeprägten Bewegungsdrang und hat eine empathogene Wirkung, d.h. es erleichtert Kontaktaufnahmen und steigert das Einfühlungsvermögen. Mit Abklingen des Rausches können Niedergeschlagenheit und Depression auftreten.



Die genaue Zusammensetzung der Tabletten ist immer ungewiss: Einige enthalten überhaupt kein MDMA (die aktive Substanz in Ecstasy), andere sind sehr hoch dosiert. Hauptrisiken: Hitzschlag, Herz- und Kreislaufprobleme und Muskelverspannungen, u.a. der Kaumuskelatur, was zu Zahnschäden führen kann. Bei regelmäßigem Konsum erhöhtes Risiko von Angststörungen, Schlaflosigkeit und Depressionen.



Nur eine kleine Dosis nehmen und eine Stunde warten, bevor eine weitere Dosis konsumiert wird. Nicht mit anderen Drogen (einschließlich Alkohol) mischen. Hitzschlag vermeiden: regelmäßig kleine Mengen Wasser trinken, öfters an die frische Luft gehen, Ruhepausen einlegen. Achtung, es gibt Wechselwirkungen beim Konsum von Ecstasy und der Einnahme von HIV-Medikamenten.



Wenn Sie Fragen haben, reden Sie mit einem Arzt/einer Ärztin Ihres Vertrauens oder wenden Sie sich an eine Beratungsstelle. Ärzte stehen unter Schweigepflicht, auch wenn es sich um illegale Drogen handelt.

[www.mag-net.eu](http://www.mag-net.eu)

© 2014



## MAG-Net2



FONDS DE LUTTE CONTRE CERTAINES FORMES DE CRIMINALITE



# ALSD



Änderung von Zeit und Raum, Farben,  
Tönen, Gerüchen.

# LSD



LSD ist eine Flüssigkeit, die meist auf einer Trägersubstanz eingenommen wird: einem kleinen Löschblatt (Ticket), einem Würfel Zucker, einer Gelatinekugel oder einer speziellen Tablette (Mikro). LSD ist ein hochwirksames Halluzinogen. Der Rauschzustand (Trip) äußert sich durch verstärkte und veränderte Sinneseindrücke (Änderung von Zeit und Raum, Farben, Tönen, Gerüchen).



Es besteht ein hohes Unfallrisiko aufgrund der Halluzinationen und der verzerrten Wahrnehmung. Der Rauschzustand kann Panikattacken auslösen (Horrortrip). Bei verschiedenen Konsumenten können langanhaltende Wahrnehmungsstörungen auftreten (HPPD), vereinzelt auch drogeninduzierte Psychosen.



In einer angenehmen Umgebung konsumieren mit einer Begleitperson, die nüchtern bleibt um in schwierigen Situationen eingreifen zu können. Kein LSD konsumieren falls psychiatrische Vorerkrankungen vorliegen und nie bei Stress oder Depressionen.



Wenn Sie Fragen zu LSD haben, reden Sie mit einem Arzt/ einer Ärztin Ihres Vertrauens oder wenden Sie sich an eine Beratungsstelle, egal, ob es um eigenen Konsum oder den Konsum anderer Personen geht. Ärzte stehen unter Schweigepflicht, auch wenn es sich um illegale Drogen handelt.

[www.mag-net.eu](http://www.mag-net.eu)

© 2014



## MAG-Net2

FONDS DE LUTTE CONTRE CERTAINES FORMES DE CRIMINALITE



Interreg IVA  
European Regional Development Fund



Wallonie



La Région  
**Lorraine**



MINISTERIUM FÜR SOZIALES,  
MUTTER SPRACHE,  
UND JUGEND

Ministerium für  
Soziales, Muttersprache,  
Jugend und Gleichberechtigung

SAARLAND



# Kokain

A stylized illustration of a red cocaine pipe (chiriquito) with white powder and smoke, positioned over the letter 'a' in the word 'Kokain'.

Nie ein Schnupfröhrchen mit jemand  
anderem teilen (Übertragungsrisiko von  
Hepatitis C).

# kokain



Kokain wird meistens als weißes Pulver verkauft, das durch ein Schnupfröhrchen durch die Nase gesniff wird, es kann jedoch auch geraucht oder injiziert werden. Hauptwirkungen: Euphorie, körperliche und mentale Stimulierung, Gefühl von Allmacht, Dämpfung von Hunger, Durst und Müdigkeit. Nach dem Rausch kommt der Absturz mit dem Gefühl von Abgeschlagenheit, Reizbarkeit und Depression.



Außer Gefahr für Herz und Kreislauf kann Kokainkonsum zu einer starken psychischen Abhängigkeit führen. Erhöhtes Risiko von Unfällen und Schlägereien, riskantes Sexualverhalten. Leberschäden beim Mischkonsum mit Alkohol. Bei regelmäßigem Konsum: Depressionen, Schlaf- und Appetitstörungen, Probleme mit der Libido.



Nie ein Schnupfröhrchen mit jemand anderem teilen (Übertragungsrisiko von Hepatitis C). Regelmäßigen Konsum vermeiden und immer wieder mehrwöchige Pausen einlegen um zu kontrollieren, welchen Stellenwert Kokain im Leben einnimmt. Den Absturz nach dem Rausch akzeptieren und auf keinen Fall mit einer erneuten Einnahme zu überbrücken oder zu verdrängen versuchen.



Wenn Sie Fragen zum Kokainkonsum haben, reden Sie mit einem Arzt/einer Ärztin Ihres Vertrauens oder wenden Sie sich an eine Beratungsstelle, egal, ob es um eigenen Konsum oder den Konsum anderer Personen geht. Ärzte stehen unter Schweigepflicht, auch wenn es sich um illegale Drogen handelt.

[www.mag-net.eu](http://www.mag-net.eu)

© 2014



## MAG-Net2

FONDS DE LUTTE CONTRE CERTAINES FORMES DE CRIMINALITE



Wallonie



# speed

Hohes Abhängigkeitspotenzial und Risiko  
einer Toleranzentwicklung.

# speed



Die synthetische Droge Amphetamin kann gesniff, geschluckt oder injiziert werden. Amphetamine machen euphorisch, steigern Aufmerksamkeit und Selbstvertrauen, dämpfen Hunger, Durst und Müdigkeit.



Körperliche Auswirkungen: Erweiterung der Bronchien, Flüssigkeitsverlust, Anstieg von Pulsfrequenz, Blutdruck und Körpertemperatur. Hohes Abhängigkeitspotenzial und Risiko einer Toleranzentwicklung, Schlaflosigkeit und Angstzustände. Bei häufigem und hochdosiertem Konsum besteht erhöhte Gefahr von Schlaganfällen und Herzinfarkten. Bei hohen Dosen kann sich eine Psychose entwickeln.



Ausgiebige Erholungsphasen einplanen und einhalten. Kein Mischkonsum mit anderen Substanzen (z.B. Alkohol, verordnete Medikamente). Die Substanzen können sich wechselseitig in ihrer Wirkung verstärken und den Kreislauf bis zum Kollaps belasten. Unter Speed sind die Wirkungen von anderen Substanzen manchmal nicht spürbar oder sie setzen verzögert ein.



Wenn Sie Fragen zum Amphetaminkonsum haben, reden Sie mit einem Arzt/einer Ärztin Ihres Vertrauens oder wenden Sie sich an eine Beratungsstelle, egal, ob es um eigenen Amphetaminkonsum oder den Konsum anderer Personen geht. Ärzte stehen unter Schweigepflicht, auch wenn es sich um illegale Drogen handelt.

[www.mag-net.eu](http://www.mag-net.eu)

© 2014



## MAG-Net2



FONDS DE LUTTE CONTRE CERTAINES FORMES DE CRIMINALITE

# Legal highs

The image features the words 'Legal highs' in a large, white, sans-serif font. The word 'Legal' is positioned on the left, and 'highs' is on the right. Behind the text, there is a large, light green, stylized graphic of the word 'Legal' in a rounded, bubbly font. In the center of the 'highs' part of the graphic, there is a small, dark brown pill bottle with a white label that has a question mark on it. Several other question marks are scattered around the bottle, suggesting uncertainty or a question about the legal status of these substances.

Der rechtliche Status einer Substanz sagt  
in keiner Weise etwas über die Gefährlichkeit  
dieser Moleküle aus.

# legal highs

Neue synthetische  
Drogen



Unter der Bezeichnung Legal Highs oder Research Chemicals wird ein Sammelbegriff für verschiedene Substanzen vermarktet. Je nach Substanz kann die Wirkung dieser Drogen aufputschend und euphorisierend (Mephedron und andere Cathinon-Derivate), halluzinogen (Methoxetamin) oder ähnlich dem Cannabisrausch (Spice und andere Cannabinoide) sein.



Der Großteil der Moleküle wurde weder am Tier noch am Menschen getestet. Eventuelle Kurz- und Langzeitwirkungen auf die Gesundheit oder mögliche Wechselwirkungen mit anderen Substanzen sind unbekannt. Es gibt keinerlei Qualitätskontrolle - weder was die Zusammensetzung der Produkte noch deren Beschriftung angeht. Der Verkauf und Konsum vieler dieser Substanzen ist gesetzlich verboten. Der rechtliche Status einer Substanz sagt in keiner Weise etwas über die Gefährlichkeit dieser Moleküle aus. Es gab schwere Vergiftungen und sogar Todesfälle nach dem Konsum von Legal Highs, u.a. durch zu hohe Dosierung und/oder durch die Wahl einer unangebrachten Konsumform.



Sich vor jedem Konsum bei verschiedenen Quellen über die richtige Dosierung und Konsumform informieren. Manchmal soll eine einzige Konsumeinheit nur wenige Milligramm wiegen - sich nicht auf die Angaben der Verkäufer verlassen!



Bei Unwohlsein nach dem Konsum den Notarzt rufen oder sich in die Notaufnahme begeben. Erklären was konsumiert wurde, wenn möglich eine Probe der Substanz mitbringen. Die Fachkräfte stehen unter Schweigepflicht.

[www.mag-net.eu](http://www.mag-net.eu)

© 2014



# MAG-Net2



FONDS DE LUTTE CONTRE CERTAINES FORMES DE CRIMINALITE