



DOWNERS

DOWNERS?

Verzamelterm van drugs die dempend werken op je centrale zenuwstelsel.

Populairste

Alcohol

GHB: gammahydroxybutyraat

Ketamine

Opiaten: opium, codeïne, morfine, heroïne, ... (In veel pijnmedicatie vind je opiaten terug)

Slaap- en kalmeermiddelen

HOE WERKEN DOWNERS ?

Alle downers werken op een vergelijkbare manier. Je centrale zenuwstelsel (CZS) werkt door middel van chemische stoffen (neurotransmitters) waarmee de zenuwcellen informatie doorgeven. Er zijn stoffen die de werking van het CZS vertragen (GABA, endorfines,) en er zijn stoffen die de werking versnellen (glutamaat, adrenaline, ...).

'Downers' versterken de werking van de stoffen die afremmen en verminderen de werking van de oppeppende stoffen.

De zenuwcellen gaan trager communiceren en je gaat je rustig en ontspannen voelen.

MINDER HINDER

Gebruik alleen als je goed in je vel zit, zowel fysiek als mentaal.

Leg jezelf discipline op: 'downers' zijn die drugs die het sterkst tot fysieke afhankelijkheid leiden: opiaten, alcohol, slaap- en kalmeermiddelen.

Combineer niet en als je het toch doet wees dan heel voorzichtig (zie verder).

Let op dosering, uiteindelijk raken de basisfuncties van de hersenen ook verdoofd: evenwicht en spraak maar zelfs bewustzijn en ademhaling.

TIPS

De concentratie van illegale drugs kan sterk verschillen, wees voorzichtig in het doseren van nieuw gekocht materiaal.

Houd rekening met de locatie: gebruik zeker de eerste keren een product in een omgeving die je vertrouwt en met mensen waarbij je veilig voelt. 'Out' gaan is nooit goed maar het is minder gevaarlijk bij een vriend op de sofa dan in een drukke club.

Zorg dat je goed uitgerust bent en goed gegeten hebt vooraleer je downers gebruikt.

COMBINEREN

De meeste overdosissen gebeuren door combinatie van downers (slaapmiddelen en alcohol, alcohol en opiaten, GHB en alcohol ...).

Het combineren van downers met oppeppende middelen kan het effect van de downer maskeren (alcohol en coke: als de coke uitwerkt ben je plots te zat om recht te staan, GHB of ketamine met speed of coke: als het pepmiddel eerst uitwerkt riskeer je bij GHB plotse en diepe slaap of zelfs coma en bij ketamine, de 'K-hole', een diepe psychedelische roes waarbij je geen voeling meer hebt bij wat je doet of wat je overkomt.

WAT ALS HET FOUT GAAT ?

Bewustzijnsverlies wordt door artsen en verplegers een 'levensbedreigende toestand' genoemd. Het lichaam is niet meer in staat de eigen alarmsignalen te herkennen zoals bv. zuurstofgebrek. Leg slachtoffers daarom meteen in veiligheidshouding (uitleg zie www.breakline.be). Meer dan een minuut buiten bewustzijn, bel een ambulance! Mensen die zich duizelig of gedesoriënteerd voelen benader je best op een rustige manier en breng ze naar een kalme en koelere omgeving.

Laat een slachtoffer NOOIT alleen!

MEER INFORMATIE

www.breakline.be

www.erowid.org

www.unity.nl

www.druglijn.be