

RUSMIDLER

Virkning, abstinenser,
forgiftning og funktion

Om pjecen

Denne pjece er målrettet dig, der arbejder som en del af det kliniske personale i psykiatrien.

Pjecen giver et overblik over de mest anvendte rusmidler, hvordan de virker, og hvad du skal være særligt opmærksom på ved mistanke om forgiftning og ved abstinenser.

Du kan også bruge pjecen i samtaler med patienter som et fælles og neutralt udgangspunkt for at tale om rusmidler.

Pjecen indeholder refleksionsspørgsmål, der kan inspirere dig til at udforske, hvilken rolle rusmidler har i patientens liv.

Refleksioner om rusmidlers funktion kan være med til at skabe fælles forståelse og nye perspektiver på patientens situation – både for dig og for patienten.

Indhold

Hvad er rusmidler?.....	7
Stimulerende rusmidler ("uppers").....	9
Amfetamin	10
Ecstasy (MDMA).....	12
Khat	14
Kokain	16
Mephedron	18
Methylphenidat (Ritalin)	20
Poppers (kemisk navn: amylnitrit)	22
Sløvende rusmidler ("downers")	25
Alkohol.....	26
Benzodiazepiner.....	28
Cannabis.....	30
GHB (gamma-hydroxy-butyrat).....	32
Opioider	34
Snifning/inhalanter.....	36
Hallucinogener	39
LSD, ketamin, meskalin og psilocybinsvampe.....	40
Refleksion over rusmidlernes funktion	42
Telefonisk rådgivning til fagpersoner	44

Hvad er rusmidler?

Rusmidler er en samlebetegnelse for stoffer, der ændrer bevidsthed, stemning og adfærd hos brugeren, og som giver en rus.

Begrebet rusmidler dækker her både over lovlige stoffer som alkohol og visse lægemidler og ulovlige stoffer som fx kokain og LSD.

Overordnet set kan rusmidler deles op i tre kategorier efter deres virkning:

Sløvende rusmidler, der også kaldes for "downers", gør brugeren rolig, sløv og afslappet.

Stimulerende rusmidler, der også kaldes for "uppers", virker opkvikkende og får centralnervesystemet til at arbejde på fuldt tryk.

Hallucinogene rusmidler giver sanseindtryk, der ikke svarer til de påvirkninger, som kommer udefra.



STIMULERENDE RUSMIDLER ("UPPERS")

Centralstimulerende rusmidler kaldes også for "uppers". De virker ved at øge aktiviteten i hjernen, så brugeren kan opleve eufori, årvågenhed, selvtillid samt øget sexlyst.

Renheden i "uppers" svinger meget, og de tages ofte sammen med andre typer af rusmidler fx alkohol.

"Uppers" og "downers" blandes ofte for at forstærke eller balancere rusen. Sløvende rusmidler kan fx dæmpe ubehagelige bivirkninger ved stimulerende rusmidler. Nogle bruger kombinationen af "uppers" og "downers" for at kunne holde sig i gang længere.

Den modsatrettede virkning mellem "uppers" og "downers" kan sløre, hvor påvirket man reelt er, og øger risikoen for overforbrug og forgiftning.



Amfetamin

Speed: "Den dårlige", "Nedaf", "Base"

**Methamfetamin: "ICE", "Crystal meth", "Krystal",
"Mexican crack", "Krypto"**

Amfetamin forekommer hyppigst som enten tabletter, pulver eller kapsler indtaget ved henholdsvis spising, snifning eller injektion.

Ved snifning varer rusen ca. 4-6 timer, mens virkningen indtræder senere og er langsommere ved indtag af kapsler og tabletter.

Methamfetamin er også et amfetamin, der er 3-5 gange stærkere og adskiller sig fra amfetamin ved også at kunne ryges. Rusen varer ca. 8 timer.

Virkning

Virkning på kort sigt er eufori, energi og udadvendthed. Man kan blive enten meget kærlig eller aggressiv, fordi man fejltolker situationer.

Virkning på lang sigt er ødelagte nerveceller i hjernen, manglende følelse af glæde og personlighedsændring. Amfetamin kan desuden give bryst smerter.



Forgiftning

Forgiftning med store mængder amfetamin kan give hovedpine, svimmelhed, kvalme, ekstrem temperaturstigning, der kan være dødelig, og evt. krampe.

Hvis man kombinerer alkohol og amfetamin, kan man udvikle en akut alkoholintoksikation, når rusen aftager.

Amfetamin modvirker alkoholens sløvhed, og man kan dermed indtage mere alkohol end normalt. Når rusen fra amfetaminen aftager, slår alkoholens fulde effekt igennem, og man risikerer akut forgiftning.



Abstinenser

Abstinenser, når man stopper med at indtage amfetamin, viser sig ved træthed, depressive symptomer med risiko for selvmord, irritabilitet og tendens til isolation.



Ecstasy (MDMA)

"Kiks", "E", "Discopiller", "Emma", "Love drug", "Molly"

Ecstasy indtages hyppigst som piller, krystal eller pulver.

Rusen varer ca. 4-6 timer.

Virkning

Virkning på kort sigt er øget energi, udadvendthed og snakkesalighed.

Virkning på lang sigt kan være hallucinationer, forvirring, panik og flashbacks.

Nogle mennesker oplever blivende forandringer i hjernen og skader på hjerte, nyrer og lever.



Forgiftning

Forgiftning med ecstasy i store mængder kan give muskelkramper i kæben, feber, overophedning, bevidstløshed og kramper. Forgiftning med ecstasy kan medføre døden.



Abstinenser

Abstinenser, når kroppen mangler rusmidlet, viser sig ved sløvhed og nedtrykthed.



Khat

”Qat”, ”Chat”, ”Arabisk te”

Khat indtages ved tygning af khatblade. Saften fra bladene synkes, mens resten spyttes ud.

Rusen er let og minder om amfetamin og strækker sig over flere timer.

Virkning

Virkning på kort sigt er opstemthed, snakkesalighed, øget bevågenhed, energi og ophidselse. Man er let at provokere til forskellige følelsesmæssige udbrud.

Virkning på lang sigt kan være vrangforestillinger i form af urealistiske tanker og visioner om egne evner. Der er øget risiko for blodprop i hjertet.

Langvarigt forbrug kan give misfarvning af mundhulen, fejlernæring pga. nedsat appetit og betændelse i tandkød og spiserør.



Forgiftning

Forgiftning med for store mængder khat kan udløse aggression, hyperaktivitet, manier, psykoser og paranoia.



Abstinenser

Abstinenser, når man stopper med at tygge khat, viser sig ved slaphed, rysten, rastløshed og depressive symptomer. Enkelte har mareridt og føler sig forfulgt.



Kokain

**Kokain: "C", "Cola", "Shuffi", "Muffi", "Blæs",
"White horse"**

**Crack og Freebase: "Applejacks", "Kryptonit", "Dice",
"Hard-ball"**

Kokain indtages hyppigst ved snifning, men kan også drikkes eller sprøjtes ind i en blodåre.

Crack og freebase er kemisk modificerede former for kokain, der kan ryges. I forhold til snifning giver dette en hurtigere opnåelse af rus og medfører derfor et større potentiale for afhængighed og forbrug.

Rusen varer ca. 30-60 minutter.

Virkning

Virkning på kort sigt er eufori, selvtillid, opstemthed og øget lyst. Man bliver snakkesalig, aktiv og mærker ikke sult og tørst.

I rusen kan der også forekomme paranoide forestillinger med selvhenførende og persekutorisk indhold. Efter ca.

60 minutter kommer der en nedtur med nervøsitet, uro og irritabilitet.

Der ses desuden "binging"-episoder med kokain, hvor store mængder indtages på én gang eller over en kort periode.

Virkning på lang sigt er mulige nyreskader, psykoser, blodpropper og ødelagt næseskillevæg. Indtag kan medføre høj puls og forhøjet blodtryk, hvilket kan medføre pressen og trykken for brystet og i værste fald kan føre til en hjerneblødning eller blodpropper – eventuelt med døden til følge.



Forgiftning

Forgiftning med for meget kokain kan give ekstrem temperaturstigning, der kan være dødelig, stop af åndedræt, forstyrrelser i hjerterytmen og hjerne-skader. Tegn på forgiftning er stærk rastløshed, store pupiller, høj puls, temperaturstigning og hurtigt åndedræt.



Abstinenser

Abstinenser, når forbruget af kokain stoppes, viser sig ved rastløshed, irritabilitet, angst, begyndende depression og manglende energi.



Mephedron

"Drone", "M_CAT", "White Magic", "Meow Meow"

Mephedron indtages hyppigst ved snifning, ved at sluge pulver eller ved at sprøjte det ind i en åre.

Rusen varer ca. 60 minutter.

Virkning

Virkning på kort sigt er øget sexlyst og -drift, eufori, empati og vågenhed.

Virkning på lang sigt er rastløshed, nedsat dømmekraft, hallucinationer og fejltolkning.



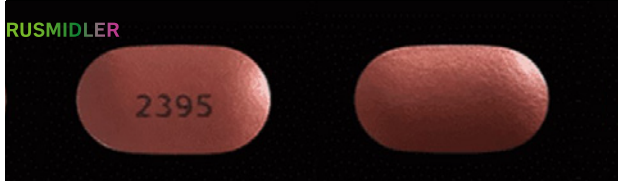
Forgiftning

Forgiftning, når man har taget for meget mephedron, kan give krampes, ekstrem temperaturstigning, der kan være dødelig, forhøjet blodtryk, brystsmerter og psykoser.



Abstinenser

Abstinenser, når man ophører med at indtage mephedron, viser sig ved angst og svære depressive symptomer.



Methylphenidat (Ritalin)

"Skittles", "Smarties", "Ritalin", "Vitamin R"

Methylphenidat indtages hyppigst som piller eller kapsler, og de knuste piller kan enten sniffes eller sprøjtes ind i en åre.

Virkingen strækker sig over flere timer.

Virkning

Virkning på kort sigt er forbedret humør, øget selvtillid og opstemthed.

Virkning på lang sigt kan være psykoser med paranoide reaktioner, selvmordstanker og angst.



Forgiftning

Forgiftning med for store mængder methylphenidat viser sig bl.a. ved uro, hallucinationer, rystelser, opkastning og svedeture.



Abstinenser

Abstinenser, når man stopper med at bruge methylphenidat, viser sig i forbindelse med nedturen ved ekstrem træthed og depression.



Poppers

(kemisk navn: amylnitrit)

”Rush”

Poppers er en letfordampelig, gullig væske, hvor dampene inhaleres.

Rusen er meget kort og varer kun ca. 1 minut.

Virkning

Virkning på kort sigt er, at man føler sig hæmningsløs, euforisk og har øget sexlyst. Efter den korte rus kan man føle sig utilpas med blodtryksfald og hovedpine.

Virkningen på lang sigt kendes ikke, men vurderes ikke at være alvorlig. Dog er væsken stærkt brandfarlig og hudirriterende, og der er set tilfælde af blindhed efter brug.



Forgiftning

Forgiftning med poppers optræder udelukkende, hvis man kommer til at drikke stoffet, da blodets evne til at binde ilt bliver hæmmet, og hjernen og øvrige organer dermed får for lidt ilt.



Abstinenser

Abstinenser, når man stopper med poppers, er ukendte, men det kan være særligt farligt at bruge poppers sammen med blodtryksnedsættende medicin og Viagra pga. risikoen for blodtryksfald.



SLØVENDE RUSMIDLER ("DOWNERS")

Sløvende rusmidler kaldes også for "downers" og virker ved, at brugeren oplever at være sløv og afslappet, fordi stofferne dæmper aktiviteten i centralnervesystemet.



Alkohol

”Sprut”, ”Sprit”, ”Spirituosa”

Alkohol indtages i flydende form ved at drikke øl, vin eller spiritus, der varierer i alkoholstyrke. Alkohol er således en samlebetegnelse for alle former for alkoholholdige drikkevarer.

Rusen varer et par timer afhængig af, hvor meget alkohol der er indtaget.

Virkning

Virkning på kort sigt er forstærket følelsesmæssig respons, dæmpning af angst, tab af hæmninger og øget risikovillighed. Ved stort indtag sløres talen, balancen påvirkes, og der opstår begyndende risiko for bevidstløshed.

Virkning på længere sigt kan være depressive træk. Herudover kan langvarigt forbrug (eller binge-drinking) medføre en lang række sygdomme i hjernen, nervesystemet, leveren og hjerte-karsystemet samt specifikke former for cancer.



Forgiftning

Alvorlig forgiftning med alkohol kan medføre for lavt blodtryk, for langsom hjerterytme, vejrtrækningsproblemer og bevidstløshed.



Abstinenser

Alkoholabstinenser opstår i løbet af det første døgn, efter at man er stoppet med at indtage sin vanlige mængde alkohol.

Abstinenserne kan godt starte, mens man stadig er påvirket af alkohol. Alkoholforbruget skal have stået på over en længere periode.

Rådgiv ikke patienten til at stoppe med at drikke fra den ene dag til den anden. På samme måde skal pårørende eventuelt informeres om det samme, da det kræver professionel hjælp at stoppe forbruget.

Milde til moderate abstinenser viser sig fx ved angst og uro, svedtendens, rysten, høj puls og højt blodtryk.

Alvorlige abstinenser kan medføre forhøjet temperatur, bevidsthedsplumring og hallucinationer.

Alkoholabstinenser skal behandles via sundhedsvæsenet med medicin, da man kan risikere, at de udvikler sig til en dødelig tilstand pga. delir eller kredsløbskollaps.



Benzodiazepiner

"Benzo", "Steso", "Krydsere", "Labre larver"

Benzodiazepiner indtages som tabletter.

Virkingen strækker sig fra 6 og helt op til 72 timer afhængig af, hvilken type benzodiazepin man har indtaget.

Virkning

Virkning på kort sigt er sløvende, angst-dæmpende og søvnfremkaldende. I enkelte tilfælde opleves såkaldt paradokseffekt, hvor man bliver hyperaktiv, kaotisk og aggressiv.

Virkning på lang sigt kan være nedsat initiativ, apati, udtrætning og depression.



Forgiftning

Forgiftning med benzodiazepiner i store doser kan i kombination med andre "downers" medføre svækket bevidsthed og død pga. åndedrætsstop.



Abstinenser

Abstinenser, når man stopper med at tage benzodiazepiner, viser sig ved angst, søvnbesvær, rastløshed, muskeltrækninger og i sjældne tilfælde krampeanfald. Ved ophør med brug af benzodiazepiner kan man desuden udvikle delir og/eller psykose.

Da abstinenserne kan opstå flere uger efter, at man er stoppet med at tage benzodiazepiner, er der risiko for, at man overser symptomerne.

Tilstanden skal behandles for at undgå, at den udvikler sig til en dødelig tilstand. Rådgiv ikke patienten til at stoppe med at tage benzodiazepiner fra den ene dag til den anden. På samme måde skal pårørende eventuelt informeres om det samme, da det kræver professionel hjælp at stoppe forbruget.

Abstinenser fra benzodiazepinforbrug skal behandles via sundhedsvæsenet på grund af risikoen for udvikling af abstinenspsykoser, der kan føre til risikofyldte situationer.



Cannabis

”Skunk”, ”Tjald”, ”Hash”, ”Marihuana”, ”Den brune”, ”Pot”

Cannabis indtages næsten altid ved rygning, men kan også spises eller drikkes.

Rusen varer ca. 3-4 timer.

Virkning

Virkning på kort sigt er eufori, afslappethed og angst-dæmpende effekt. Derudover opleves mundtørhed, hjertebanken og tørhed i øjnene.

Virkning på lidt længere sigt kan være svækkelse af indlæringsevnen, initiativløshed, dårlig hukommelse og risiko for at udvikle en psykose.



Forgiftning

Forgiftning, når man har indtaget for meget cannabis, er ikke akut livstruende, men den psykiske tilstand med angst-, panik- og psykosesymptomer kan føre til risikofyldte situationer.



Abstinenser

Abstinenser, når man holder op med at indtage cannabis, viser sig ved irritabilitet, angst, nattesved, søvnløshed og depressive træk eller symptomer.



GHB

(gamma-hydroxy-butyrat)

”Fantasy”, ”G”, ”Flydende E”, ”Hætter”, ”Fælgrens”

GHB indtages i flydende form og findes som en klar væske eller som krystallinsk pulver, der opblandes i drikkevarer.

Rusen varer ca. 1,5 til 4 timer.

Der udvikles hurtigt trang til mere af stoffet (”cravings”), og misbrugspotentialet er højt – nogle gange efter blot få doser.

Virkning

Virkning på kort sigt er afslappende, sløvende og mild eufori med følelsen af lykke og velvære.

Virkning på lang sigt kan være forvirring, omtågethed og risiko for ulykker.



Forgiftning

Forgiftning med GHB i for store doser kan være livstruende pga. lavt blodtryk, bevidstløshed, koma og åndedrætsproblemer.

Forskellen mellem den mængde, man skal indtage for at opnå rus og for at få forgiftning, er meget lille, hvilket gør GHB ekstra farligt at bruge.



Abstinenser

Abstinenser, når man er stoppet med at tage GHB, viser sig ved uro, angst, søvnproblemer og ubehag. Hvis abstinenserne ikke behandles medicinsk, er der risiko for krampeanfald og død.

I forhold til håndtering af afrusning skelnes der ofte mellem, hvor hyppigt patienten har behov for stoffet, og hvor stor en mængde patienten indtager pr. døgn.

Hvis det samlede daglige indtag er under ca. 15 g, og der ikke er natlige indtag, kan afrusning som udgangspunkt håndteres på en psykiatrisk skadestue.

Hvis det daglige indtag er over ca. 15 g (20-30 ml), og der er indtag døgnet rundt (også om natten), skal patienten indlægges til afrusning, da abstinenserne kan udvikle sig hurtigt og være alvorlige.



Opioider

Heroin: "Hero-Dero", "Horse"

Morfin: "Miss Emma"

Ketogan: "Ganer"

Metadon: "Møllehjul", "Doner"

Oxycodon/tramadol: "Dolol", "Oxy"

Opioider er en samlebetegnelse for en række stoffer (morfin og morfinlignende), der virker stærkt smertestillende. Afhængigt af det enkelte stof indtages opioider enten som tabletter, sprøjtes ind i en åre eller ryges.

Rusen varer, afhængig af stoftypen, fra 3-12 timer.

Virkning

Virkning på kort sigt er eufori, afslappethed og velbehag. Appetitten nedsættes, og man bliver energiløs.

Virkning på lang sigt kan være angst, tristhed og ændret personlighed.



Forgiftning

Forgiftning med for meget opioid kan medføre lavt blodtryk og puls, vejrtrækningsproblemer og svækket bevidsthed, der kan ende i koma.

Forgiftning kan medføre respirationsstop og død grundet den direkte påvirkning af respirationscenteret.



Abstinenser

Abstinenser, når kroppen mangler opioid, viser sig bl.a. ved angst, muskel- og ledsmerter, løbende næse, diarré, hjertebanken, forhøjet blodtryk og kulderystelser.

Abstinenserne er ikke livstruende, men meget ubehagelige. Sørg for, at nedtrapning sker i samråd med en læge.



Snifning/inhalanter

”Snifning”

Inhalanter er en samlebetegnelse for stoffer, der let fordampes, og som derfor kan indåndes (snifning).

Det er oftest stoffer som lighter gas, benzin, lim, lattergas og nogle typer af maling. Der er også set eksempler på snifning af spraydeodoranter og hårspray.

Rusen varer oftest ikke længere end 30-45 minutter afhængig af, hvad der sniffes. Der er derfor tendens til at sniffe flere gange i træk for at forlænge rusen.

Virkning

Virkning på kort sigt minder om alkohol med opstemthed, usikre bevægelser og vrøvlende tale. Nogle bliver aggressive. Bagefter bliver man træt og sløv med hovedpine, kvalme og mulighed for opkast.

Virkning på lang sigt kan være skader på hjernen, hvilket kan medføre svækket hukommelse og indlæringssevne.

Desuden kan der opstå skader på nyrer, lever og knoglemarv, og enkelte stoffer kan være kræftfremkaldende. Ens følelsesliv ændrer sig, og risikoen for ulykker er stor pga. hæmmet dømmekraft.



Forgiftning

Forgiftning med for store mængder inhalanter kan være livstruende pga. påvirkning af vejtrækningen samt ændret hjerterytme, der kan give pludseligt hjertestop. Risikoen for en overdosis er også stor, da mængden, der adskiller en rus og en forgiftning, er meget lille.

Snifning af lattergas kan give skader på hjerne og nervesystem med føleforstyrrelser, koordinations- og balanceproblemer og nerveskader til følge.

Den ekstremt kolde gas kan desuden give forfrysninger i mund og lunger og eventuelt på stemmebånd.



Abstinenser

Abstinenser, når kroppen mangler inhalanter, er ikke særlig hyppige.



HALLUCINOGENER

Hallucinogener virker primært ved at forvride sanseindtryk, tankegang og stemninger. Rusmidlerne kan fremkalde forvrængede sanseindtryk af hallucinerende art.

Fx kan man opleve, at væggene falder ned imod en, eller at alle farver flyder sammen.



LSD, ketamin, meskalin og psilocybinsvampe

LSD: "Syre", "Trækpapir", "Frimærker", "Klistermærker"

Ketamin: "Hest", "Special K", "Jet"

Meskalin: "Kaktus", "San Pedro", "Peyote", "Peruvian Torch"

Psilocybinsvampe: "Magiske svampe", "Psyller", "Mushies", "Shrooms"

LSD, ketamin, meskalin og psilocybinsvampe indtages hyppigst ved snifning eller spising.

Ved indtag af LSD og svampe varer rusen fra 4-12 timer, mens rusen ved indtag af ketamin ofte er kortere og kun varer op til 2 timer.

Virkning

Virkning på kort sigt er en psykoselignende tilstand med forvrængning af sanseindtryk. Man oplever, at tanke-rækker bliver brudt, og at kroppen er ændret.

Virkning på lang sigt kan være vedblivende psykiske oplevelser. Mere hyppigt ses angsttilstande (eventuelt flashbacks) som vedblivende tilstande.



Forgiftning

Forgiftning med for meget hallucinogen kan vise sig i form af ekstrem temperaturstigning, der kan være dødelig, ulykker pga. den ændrede virkelighedsopfattelse og bad trips, der minder om mareridt.



Abstinenser

Abstinenser, når man stopper med vanlig dosis hallucinogen, viser sig som hyperaktivitet, mulig selvdestruktiv adfærd, angst og depression.

Refleksion over rusmidlernes funktion

For nogle opleves rusmidler som hjælpsomme i bestemte situationer – fx til at skabe ro eller dæmpe angst. For andre kan brugen være forbundet med sociale sammenhænge, ønsket om mere energi eller behovet for at kunne falde ned i en travl hverdag.

Rusmidler kan have mange og forskellige funktioner og variere fra person til person. For nogle er funktionen tydelig, mens den for andre kan være mere ubevidst eller knyttet til bestemte situationer.

Refleksion over rusmidlernes funktion kan bidrage til forståelsen af patientens situation. Det kan åbne for indblik i de erfaringer, behov og sammenhænge, som brugen af rusmidler på forskellig vis kan være forbundet med.

Følgende refleksionsspørgsmål kan støtte dig i overvejelser om, hvilken rolle rusmidler spiller i patientens liv.

Funktion

Hvad bidrager eller hjælper rusmidlerne med i patientens liv – følelsesmæssigt, socialt eller kognitivt?

Sammenhæng

Hvilke situationer, tanker eller følelser hænger typisk sammen med eller påvirker brugen af rusmidler?

Påvirkning

Hvordan påvirker rusmidlerne patientens trivsel og hverdag? Hvad er påvirkningen på kort og lang sigt?

Telefonisk rådgivning til fagpersoner

Rådgivning om rusmidler og medicin

[Klik her](#) og få information om faglige rådgivningslinjer. Her kan du fx få rådgivning om medicin, rusmidler og deres indbyrdes interaktioner.

Hjælp ved forgiftning

Ring til Giftlinjen på 82 12 12 12 for akuthjælp ved forgiftning. Åbent døgnet rundt.