

## ECSTASY MDMA, XTC, PILLEN 3,4-METHYLEENDIOXY-N-METHYLAMPHETAMINE

### LEES EERST DEZE BIJSLUITER

Vraag altijd om de nieuwste bijsluiter aangezien de informatie gewijzigd kan zijn door nieuwe bevindingen of veranderende inzichten. Indien u na het lezen van deze bijsluiter nog vragen hebt, raadpleeg dan onderstaande websites, een Unity-medewerker of uw huisarts. Het kan zijn dat u deze bijsluiter later nog eens wilt lezen. Daarom adviseren wij u deze bijsluiter zorgvuldig te bewaren.

### ALGEMENE INFORMATIE

#### Belangrijk

Dit is een korte samenvatting van de huidige stand van kennis betreffende dit product en mag in geen geval dienen als basis voor zowel voorgeschreven als niet voorgeschreven gebruik van MDMA. De gebruiker dient zich op de hoogte te stellen van alle risico's en veiligheidsvoorschriften alvorens met het gebruik te starten.

#### Dosering

1 - 2 mg per kilo lichaamsgewicht. Niet vaker dan 1 keer per 4-6 weken. Voorbeeld: u weegt 70 kilogram, dan is de dosis tussen de 70 en 140 milligram. Let op! U weet pas hoeveel er in een pil zit als u de pil heeft laten testen. (zie Testen) Let op de dosis. Als u meer gebruikt omdat u het effect niet meer voelt, dan raakt u gewend aan MDMA.

#### Werking

Ego verzachting; angstvermindering; gevoelens van liefde en empathie; vergemakkelijkt diepgaande conversaties en emotionele binding; verhoogd bewustzijn van het moment; verhoogde reactie op aangename zintuiglijke prikkels; gevoel van warmte, innerlijke vrede en spiritueel welbevinden.

#### Werkingsduur

Bij orale inname treden effecten op na 30-60 minuten; 2-3 uur plateau; 4-6 uur terug naar normaal.

#### Bijwerkingen

Vermindering van de eetlust; stimulering van het centrale zenuwstelsel; milde tot hevige vermoeidheid na gebruik; milde tot hevige kaakkleem of knarsetanden; trillende ogen; opwinding; rusteloosheid; nervositeit; misselijkheid; trillen; oververhitting.

#### Rijvaardigheid en bedienen machines

De concentratie en het reactievermogen raken onder invloed van MDMA verstoord. Deelname aan het verkeer en het bedienen van zware machines is onverantwoord en bij wet verboden.

#### Wanneer mag u MDMA niet gebruiken?

MDMA niet samen gebruiken met andere drugs of andere geneesmiddelen. MDMA niet samen gebruiken met anti-astma of anti-hooikoorts middelen die de bloeddruk gevaarlijk

kunnen laten stijgen. Gebruik geen MDMA als u last heeft van een depressie of een andere psychische aandoening, onregelmatige hartslag, glaucoom (verhoogde oogdruk), hypertensie (hoge bloeddruk), hart- en vaatziekten, epilepsie, lever- of nieraandoeningen en suikerziekte.

### WAARSCHUWING

#### Lange termijn effecten

Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat veelvuldig en hooggedoseerd MDMA gebruik op de lange termijn cognitieve (geheugen) en psychische problemen kan geven. Wellicht speelt vermindering van serotonine-activiteit (serotonine is een signaalstof in de hersenen) daarbij een rol. Onderzoek toont aan dat serotoninegestuurde axonen (axonen zijn uitlopers van de hersencellen) beschadigd kunnen raken door het gebruik van MDMA. Bovendien neemt de kans op deze schade toe bij een hogere lichaams- of omgevingstemperatuur. Serotoninegestuurde axonen maken deel uit van belangrijke gebieden in de hersenen en hebben onder andere invloed op stemming, lichaamstemperatuur en geheugen.

Het wordt aangeraden om de dosering en frequentie te beperken, op tijd afkoeling te zoeken en tijdens het gebruik fris te blijven drinken (niet meer dan 1 à 2 glazen water per uur). Zie ook Tips onder aan deze bijsluiter.

### WAT U MOET WETEN VOORDAT U MDMA GEBRUIKT

#### Algemeen

MDMA is een sterk stimulerend middel en is zowel lichamelijk als geestelijk belastend. Gebruik alleen als u gezond bent.

#### Opname en afbraak

Nadat MDMA is opgenomen in het lichaam zal het met behulp van enzymen worden afgebroken. De één heeft meer enzymen dan de ander. Ongeveer 50% van de MDMA wordt onveranderd uitgescheiden in de urine. De rest wordt door enzymen in de lever afgebroken en verlaat uiteindelijk ook het lichaam via de urine. MDMA is twee tot drie dagen na inname aantoonbaar in urine en bloed.

#### Verhoogde hartslag en bloeddruk

MDMA veroorzaakt een verhoging van de bloeddruk en hartslag tijdens de eerste 5 uur na inname. Consumenten met een hoge bloeddruk en/of hartproblemen wordt aangeraden eerst met een arts te overleggen voor gebruik.

#### Lichaamstemperatuur

Een lichte verhoging van de lichaamstemperatuur is normaal gedurende de eerste 5 uur na inname. Omdat de meeste gebruikers zich erg op hun gemak voelen tijdens deze periode, vergeten zij water te drinken en verkoeling te zoeken. Dit, in combinatie met een hoge dansactiviteit, een hoge omgevingstemperatuur en een hoge luchtvochtigheid kan hyperthermie (oververhitting) veroorzaken.

## Hyponatriëmie (watervergiftiging)

Watervergiftiging ontstaat door inname van grote hoeveelheden water. XTC zorgt ervoor dat de nieren minder water uitscheiden en het lichaam meer vocht vasthoudt. Watervergiftiging kan leiden tot bewustzijnsverlies en kan een dodelijke afloop hebben. Om watervergiftiging te voorkomen wordt aangeraden niet meer dan 1 à 2 glazen water per uur te drinken.

## Zwangerschap en borstvoeding

Het wordt ten strengste afgeraden om MDMA te gebruiken bij zwangerschap of als u borstvoeding geeft. MDMA gebruik door de moeder is schadelijk voor het kind.

## Overdosering

Grote hoeveelheden MDMA kunnen extreme bijwerkingen hebben. Overdosering kan hersenschade, black-outs, misselijkheid, duizeligheid, hoofdpijn, hyperthermie (oververhitting), serotoninesyndroom, een hevige kater en andere negatieve bijwerkingen veroorzaken.

## Sterfte door MDMA

Volgens het Centraal Bureau voor de Statistiek zijn er in Nederland jaarlijks ongeveer 4 sterfgevallen waarbij psychostimulantia (XTC, amfetamine, ephedrine, cafeïne) de primaire doodsoorzaak was. Hogere leeftijd, slechte gezondheid, onderliggende ziekten en het gebruik van medicijnen verhogen de sterftekans.

## Psychische en emotionele kwetsbaarheid

Personen die kwetsbaar zijn (geweest) voor het krijgen van depressies, psychoses, angstaanvallen en andere emotionele stoornissen wordt afgeraden MDMA te gebruiken en/of direct te stoppen met gebruik indien de klachten/symptomen terugkomen.

## Beoordelingsvermogen onder invloed van MDMA

Het vermogen om juiste beslissingen te nemen kan verminderen onder invloed van MDMA. Onveilige seks en seks met personen waar u later spijt van heeft kunnen het gevolg zijn van onverstandig MDMA gebruik en verminderd beoordelingsvermogen.

Het kan ook zo zijn dat u dingen tegen mensen zegt waar u later spijt van heeft, dat u op een vervelende manier aan anderen gaat zitten of besluit uw laatste pillen aan het eind van de avond toch maar te gebruiken. Dit zijn typisch voorbeelden van onverstandige keuzes, die op dat moment volkomen normaal lijken.

Adviseren om de spontaniteit te onderdrukken zou het gewenste effect van MDMA volledig teniet doen, maar er is een grens die leuke sociale experimenten en ongewenste situaties van elkaar scheidt. Het is daarom aan te raden in nuchtere toestand over uw eigen grenzen te bezinnen en u daaraan te houden als u onder invloed bent.

## Testen

Alleen met behulp van een laboratoriumtest weet u precies wat er in een pil zit. De kleur, het logo of de grootte van een pil zeggen niets over de exacte inhoud van een pil. U kunt op vele plekken in Nederland uw pil laten testen. Zie voor adressen en openingstijden: [www.drugs-test.nl](http://www.drugs-test.nl)

## TIPS

- Zorg tijdig voor afkoeling. Rust af en toe uit.
- Vul vocht- en zoutverlies aan. Als u danst heeft u ieder uur een glas water of zoete frisdrank (isotone sportdrank) nodig.
- Eet een zout koekje of wat chips.
- Zorg voor herstel van uw lichaam door goed te eten en te rusten. Eet na MDMA gebruik voldoende fruit om verloren vitamines en mineralen aan te vullen.
- Combineer MDMA niet met alcohol of andere drugs.
- Realiseer u dat gebruik van ecstasy nooit zonder risico is.

## EERSTE HULP

Als MDMA verkeerd valt kunt u angstig en onrustig worden. Ook kunt u oververhit raken en een snelle hartslag krijgen.

## Wat kunt u doen als iemand dit overkomt?

### Bij angst:

- Zoek een rustige plek en stel de persoon gerust. Vaak vindt iemand die angstig is het prettig om iets zoets te eten.

### Bij oververhitting:

- Is de persoon rood en voelt hij of zij warm aan? Zoek een koele plek en bespreek met water.
- Is de persoon bleek en voelt hij of zij warm aan? Bel onmiddellijk 112, doe overtollige kleren uit en bespreek met water.

## Bij heftige opwindning en/of agressie, waarbij de persoon niet reageert op aanspreken:

- Bel 112 en vraag om een ambulance.

## Bij bewusteloosheid (geen reactie op aanspreken of pijn) en/of hartproblemen:

- Combineer MDMA niet met alcohol of andere drugs.

Bedenk: een getrainde eerste hulpverlener kan uitgebreider hulp bieden.

## Justitiële waarschuwing

Het is verboden MDMA te bezitten en/of te verhandelen. Hoewel kleine hoeveelheden vaak in beslag zullen worden genomen, kan strafrechtelijke vervolging bij het aantreffen niet uitgesloten worden.

Wilt u na het lezen van deze bijsluiting nog meer weten? Weet u niet zeker of een bepaalde waarschuwing op u van toepassing is? Vraag het uw arts of informeer uzelf op een andere manier.

## Meer informatie:

[www.unity.nl](http://www.unity.nl)  
[www.jellinek.nl/brain](http://www.jellinek.nl/brain)  
[www.erowid.org/mdma](http://www.erowid.org/mdma)  
[www.drugs-test.nl](http://www.drugs-test.nl)