

Ecstasy

MDMA, XTC, pillen

3,4-METHYLEENDIOXYMETHAMFETAMINE

LEES EERST DEZE BIJSLUITER

Vraag altijd om de meest recente 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 – 1,5 mg per kilo lichaamsgewicht. Niet vaker dan 1 keer per 6-8 weken. Voorbeeld: u bent een man en weegt 80 kilogram, dan is een vaak gebruikte dosis tussen de 80 en 120 milligram per gelegenheid. 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 is er mogelijk sprake van MDMA-tolerantie (gewenning). U heeft dan een grotere kans op vervelende bijwerkingen.

Werking

Ego verzachting; angstvermindering; gevoelens van liefde en empathie; vergemakkelijkd 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 20 - 90 minuten; 2-3 uur plateau; 4-6 uur terug naar normaal. Nawerking tot 24 uur.

Bijwerkingen

Oververhitting, vermindering van eetlust, droge mond, hartkloppingen, knarsetanden, kaakkleem, misselijkheid, trillende ogen, opwindend, rusteloosheid, trillen, vergeetachtigheid, moeite met plassen. Dagen na gebruik: emotionele 'instabiliteit', milde tot hevige vermoeidheid, leeg gevoel.

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 hoog gedoseerd MDMA gebruik op de lange termijn cognitieve (geheugen) en psychische problemen kan geven. Wellicht speelt vermindering van serotonine-activiteit (serotonine is een boodschapperstof 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 en bij combinatiegebruik met andere stimulerende middelen. 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 water/fris te blijven drinken (niet meer dan 1 à 2 glazen per uur). Zie ook **Tips** onderaan 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 en zich geestelijk goed voelt.

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 20% 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.

Verhoogde lichaamstemperatuur

Een lichte verhoging van de lichaamstemperatuur is normaal gedurende de eerste 5 uur na inname. Sommige gebruikers vergeten water/fris te drinken en verkoeling op 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/fris. MDMA zorgt er daarnaast voor 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 24 uur lang niet meer dan 1 à 2 glazen water per uur te drinken en voldoende zout (natrium) te eten.

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 en incidenten door MDMA

Het exacte aantal sterfgevallen in Nederland door gebruik van MDMA is niet bekend. Het is waarschijnlijk dat er meerdere mensen per jaar in Nederland overlijden door het gebruik van MDMA. Uit cijfers van de Monitor Drugs Incidenten blijkt dat er de afgelopen jaren sprake is van een toename aan matige en ernstige intoxicaties van MDMA. Hogere leeftijd, slechte gezondheid, onderliggende ziekten en het gebruik van medicijnen verhogen de sterftetekans. Overlijden na gebruik van MDMA kan komen door versnijdingen, maar ook door de MDMA zelf.

Psychische en emotionele kwetsbaarheid

Personen die kwetsbaar zijn 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 een 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 dat u onverstandige keuzes maakt met betrekking tot gebruik van meer drugs. 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: 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 (bijv. isotone sportdrink) nodig.
- Eet wat zouts (natrium). Bijv. bouillon of wat chips. Geen zoute drop, dit bevat geen natrium.
- Zorg voor herstel van uw lichaam door goed te eten en te rusten. Eet tijdens en na MDMA gebruik voldoende fruit om verloren vitaminen en mineralen aan te vullen.
- Combineer MDMA niet met alcohol of andere drugs.
- Realiseert u zich dat gebruik van MDMA 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 of ga naar de EHBO, doe overtollige kleren uit en bespreek met water.

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

- Bel 112 en vraag om een ambulance of ga naar de EHBO.

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

- Bel 112 of ga naar de EHBO.
- Bedenk: een getrainde eerste hulpverlener kan uitgebreider hulp bieden. Wees eerlijk over wat u gebruikt heeft, een EHBO-bezoek heeft nooit juridische consequenties.

Justitiële waarschuwing

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

Wilt u na het lezen van deze bijsluiters 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:

Unity.nl
drugsindehersen.nl

Erowid.org/mdma
Drugs-test.nl