

Xanax[®], Tilidin & Mischkonsum

Ergänzende Informationen zur Lektion

TAKE-HOME-MESSAGE AN DIE JUGENDLICHEN¹

Je nach Alter und Freizeitverhalten der Jugendlichen gilt es, eine andere Botschaft an die Jugendlichen zu richten.

Für Jugendliche, die vermutlich keinen Kontakt mit psychoaktiven Medikamenten hatten:

- Keine Medikamente zu Rauschzwecken einnehmen. Die Wirkung ist schwer zu kontrollieren und die Risiken zu hoch.
- Bei psychischem Unwohlsein keine Medikamente ohne ärztliche Begleitung einnehmen und alternative Therapieformen mit dem Arzt/der Ärztin besprechen.
- Sich an erwachsene Vertrauenspersonen oder Hilfsangebote wenden, wenn im Freundeskreis Medikamente als Rauschmittel eingenommen werden, und man nicht recht weiss, wie man sich verhalten oder Freunde unterstützen kann, um die man sich sorgt.

Für Jugendliche, die bereits konsumieren oder mit hoher Wahrscheinlichkeit konsumieren werden:

- Keine Medikamente unklarer Herkunft einnehmen.
- Auf Mischkonsum (Alkohol, andere Medikamente, illegale Substanzen) generell verzichten. Wenn dennoch gemischt wird, Informationen zur Kombination zweier Substanzen einholen: www.combi-checker.ch
- Immer zunächst nur kleine Mengen antesten und die volle Wirkung der Substanz abwarten. Es reagieren nicht alle gleich auf ein Medikament.
- Nie alleine konsumieren.

¹ Medikamente und Mischkonsum, Informationen für Fachpersonen im Bereich Sucht, Infodrog, 2020

ERKLÄRUNGEN ZU BEGRIFFEN AUS DEM VIDEO "TILIDIN, XANAX & CO"**Tilidin, Xanax & Co.: Wie gefährlich sind die Trend-Drogen?**

Unzipped / SRF Virus, 1.11.2020, 20 min

Mischkonsum

Wenn Medikamente gleichzeitig mit Alkohol und/oder anderen Drogen eingenommen werden, beeinflussen sich die Substanzen im Körper gegenseitig (Wechselwirkung). Bei der gegenseitigen Verstärkung von dämpfenden Substanzen erfolgt eine Wirkung auf das Zentralnervensystem. Eine Kombination hat oft Übelkeit zur Folge mit dem Risiko, am eigenen Erbrochenen zu ersticken. Zudem wirkt sie atemdepressiv (flache, langsame Atmung) und kann zu einer Atemlähmung oder bis zum Tod führen.

Lean

Mischgetränk aus codeinhaltigem Hustensaft (z.B. Makatussin®, Bexin®) und einem Süssgetränk (oftmals Sprite). Durch die Mischung mit einem Süssgetränk wird der tatsächliche Codein-Gehalt oft unterschätzt, was die Aufnahme von ungewollt hohen Dosen zur Folge haben kann.

Tilidin

Ein synthetisch hergestellter Wirkstoff der Stoffgruppe Opioiden (Schmerzmittel). Gefährlich ist die Kombination von Tilidin und Alkohol oder Beruhigungsmitteln (siehe Mischkonsum). Tilidin kann abhängig machen.

Xanax®

Ein Beruhigungsmittel aus der Gruppe der Benzodiazepine, welches in der Kurzmedikation eingesetzt wird. Bei länger dauernder Einnahme besteht ein hohes Abhängigkeitspotential. Gefährlich in Verbindung mit Mischkonsum.

Amphetamine

Aufputschmittel (Stimulanzien), welche das Schlafbedürfnis sowie Gefühle von Müdigkeit und Hunger unterdrücken. Mix aus verschiedenen psychoaktiven Wirkstoffen. Darauf folgend werden oft Beruhigungsmittel eingenommen. Diese "Downers" zum Herunterkommen verlängern den Hangover und haben meist ein hohes Abhängigkeitspotential.

WEITERFÜHRENDE INFOS FÜR DIE LEHRPERSONEN

- **Sucht und Gehirn:** [Sucht](#), dasGehirn.info, 4:49 min / [Neurobiologie der Sucht](#), dasGehirn.info
- **Beruhigungsmittel als Partydroge:** [Schlaf- und Beruhigungsmittel](#), Laut und Leise – Magazin der Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich
- **Berichte, Sendungen zum Thema:** Tagpacker Akzent
- **Medikamente und Mischkonsum:** [Informationen für Fachpersonen](#), Infodrog, 2020

HINTERGRUNDWISSEN FÜR DIE LEHRPERSONEN

— Wissensstand der Lehrpersonen und SuS

Zu einzelnen Substanzen und dessen Wirkungen verfügen Schüler*innen teilweise über mehr Wissen als die Lehrpersonen selber. Oftmals kursiert unter Jugendlichen auch Falschwissen. Trotzdem und gerade deshalb sollen Lehrpersonen mit der Klasse zur Thematik arbeiten.

Folgende Schwerpunkte stehen in der Lektion im Vordergrund:

- Persönliche Betroffenheit zu den Todesfällen junger Menschen, die im Zusammenhang mit dem Mischkonsum stehen
- Diskussion anregen
- Sensibilisierung und Wissen vermitteln (anhand Video, Factsheet)

— Wissen vermitteln – Schadensbegrenzung

Die Auseinandersetzung mit diversen Themen der Prävention kann bei einigen Jugendlichen einen "Nachahmungseffekt" auslösen: der Reiz, diese Substanz auszuprobieren, wenn viel darüber gesprochen wird. Bei der Thematisierung des Themas Substanzmissbrauch schätzen wir den Nutzen der Wissensvermittlung höher ein als ein mögliches Nachahmungsrisiko. Bei betroffenen, älteren Jugendlichen zielt die Lektion auf eine Schadensbegrenzung bzw. eine Minimierung der Konsumrisiken hin (Safer-Use).

Je nach Alter und Themen der Klasse setzt die Klassenlehrperson bei der Durchführung der Lektion einen anderen Fokus. Abschliessend gilt es zu beachten, dass, laut HBSC-Studie 2018, die meisten 15-Jährigen keine Medikamente als Rauschmittel ausprobieren, sich aber der Wert zwischen 2014 und 2018 deutlich erhöht hat.

— Rausch und Risiko

Gerade Jugendliche, welche auf dem Weg der Ablösung und Neuorientierung sind, zeigen sich offen für rauschhaltige Erfahrungen und Grenzerfahrungen. Dieses Thema im Setting Schule aufzugreifen und mit den Jugendlichen in einen Austausch zu kommen, ist jedoch herausfordernd. Aufgrund der Rolle der Lehrperson können Jugendliche und Lehrpersonen Mühe bekunden, in diese Thematik einzusteigen, geschweige denn zu diskutieren. Die Jugend- und Schulsozialarbeit kann die Schule dabei unterstützen. Regen Sie eine Zusammenarbeit vor Ort mit der zuständigen Jugend- oder Schulsozialarbeit an, da diese eine vermittelnde und entlastende Rolle für Jugendliche und Lehrpersonen haben.

Weitere Infos

Akzent Prävention und Suchttherapie – info@akzent-luzern.ch – 041 420 11 15

Mediothek – Suchtprävention und Stärkung der Lebenskompetenzen

www.akzent-luzern.ch/mediothek