

Zeitschrift: SuchtMagazin
Herausgeber: Infodrog
Band: 47 (2021)
Heft: 1

Artikel: "Man fühlt sich wie ein warmes Kissen"
Autor: Schnoz, Domenic / Krebs, Marcel
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-953573>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 16.04.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

«Man fühlt sich wie ein warmes Kissen»

2021-1
Jg. 47
S. 19 - 25

In den letzten Monaten rückte der Mischkonsum von Medikamenten unter Jugendlichen in den medialen Fokus. Sucht-ExpertInnen warnen vor einer Zunahme dieses gefährlichen Phänomens sowie vor den damit verbundenen Risiken für die heranwachsende Generation.¹ Im nachfolgenden Gespräch erfolgt nun ein Perspektivenwechsel, indem drei Jugendliche zu Wort kommen, die sich offen über ihre eigenen Konsumerfahrungen mit Medikamenten, über ihr Risikobewusstsein sowie über ihre Erwartungen an eine zeitgemässe Suchtprävention austauschen.

DAS GESPRÄCH FAND MITTELS VIDEO-TELEFONIE IM NOVEMBER 2020 MIT DREI JUGENDLICHEN² STATT:

LAUREL: 19 JAHRE, GYMNASIUM ABGESCHLOSSEN, HOBBYS: TEAMSPORTARTEN, FUSSBALL

BENEDIKT: 16 JAHRE, AKTUELL IM GYMNASIUM, HOBBYS: KOLLEGEN, FUSSBALL (verlässt das Gespräch etwas früher)

JÜRIG: 19 JAHRE, MITTELSCHULE, HOBBYS: MUSIK, KOLLEGEN (stösst etwas später zum Gespräch hinzu)

DIE FRAGEN FÜR DAS SUCHTMAGAZIN STELLTEN DOMENIC SCHNOZ (ZFPS) UND MARCEL KREBS (REDAKTIONSLEITUNG SUCHTMAGAZIN). VERSCHRIFTLICHUNG DES GESPRÄCHS DURCH SANDRA BÄRTSCHI (INFODROG, BERN)

Domenic Schnoz: Was beschäftigt Euch aktuell im Leben?

Benedikt: Aktuell eigentlich die Schule. Es ist stressig, richtig viel Prüfungen. Ich muss zum Beispiel nach diesem Gespräch noch zwei Stunden lernen. Und sonst Corona, das stresst auch. Liebe, Fussball, alles Mögliche eigentlich. Recht busy.

Laurel: Im Moment ist es eher das Thema Freundschaft. In diesem Sinne auch Einsamkeit und Alleinsein sowie Zeit für sich brauchen. Schulisch möchte ich nächstes Jahr mit dem Studium beginnen.

Erste Konsumerfahrungen

Domenic Schnoz: Zu Beginn werde ich allgemein etwas zu Substanzen fragen und danach auf Medikamente und den Mischkonsum eingehen, weil dass unser heutiges Thema ist. Mit welchen Substanzen habt ihr bereits Erfahrungen gemacht?

Laurel: Regelmässig Kiffen und öfters Alkohol. Eine Zeit lang und auch in grosser Menge Ritalin, Concerta und Medikinet (Ritalin). Dann habe ich einmal LSD probiert. Kokain so ein- bis zweimal, Amphetamin und Ketamin.

Benedikt: Kiffen und Alkohol. Alkohol habe ich im Moment recht reduziert. Wenn es keinen Ausgang gibt, dann reizt mich dies gar nicht. Ritalin und sonst

alles, was Laurel ebenfalls aufgezählt hat, ausser psychodelische Sachen, wie LSD. Das habe ich nicht probiert und reizt mich ehrlich gesagt nicht.

Domenic Schnoz: Ketamin zählst du auch zu den Psychedelika?

Benedikt: Eigentlich ist es eines. Das habe ich probiert.

Domenic Schnoz: In welchem Zusammenhang habt ihr Ritalin, Concerta und Medikinet eingenommen. Im schulischen Kontext oder einfach um wach zu bleiben?

Laurel: Einmal zum Lernen, aber meistens im Ausgang.

Benedikt: Quasi als gesunder Wachmacher.

Domenic Schnoz: Im Gegensatz zum dreckigen Speed meinst du?

Benedikt: Ja, zum Beispiel.

Laurel: Und man muss schon sagen, dass es häufig im Freundeskreis von Personen vorhanden ist, die ADHS haben und über einen riesigen «Supply» zu Hause verfügen.

Domenic Schnoz: Als ihr das erste Mal mit diesen Substanzen in Kontakt gekommen seid, was hat euch dazu bewogen dies zu nehmen?

Wieso habt ihr das erste Mal konsumiert, vielleicht nicht gerade in Bezug auf Alkohol?

Benedikt: Ich würde Alkohol auch dazu zählen. Bei allen Substanzen hat mich die Wirkung interessiert. Und ob ich es genau so cool finde, wie die anderen Leute. Mit mehreren Substanzen habe ich bereits die Erfahrung gemacht, dass ich diese gar nicht wirklich gefühlt habe. Aus diesem Grund war es für mich eher ein Herantasten, was gefällt mir und was gefällt mir nicht. Dies hat mir ebenfalls viele Dinge über mich selbst aufgezeigt.

Domenic Schnoz: Wie meinst du das?

Benedikt: Welcher Rausch gefällt mir. Ist es eher ein «Taub-sein», wie bei Benzos, was mir beispielsweise gar nicht gefallen hat. Oder ist es wie bei Ecstasy, eine riesige Euphorie mit Liebesgefühlen. Dies sprach mich viel stärker an. Oder beim Kiffen, das die Kreativität fördert.

Laurel: Beim ersten Konsum ist es oft die Neugierde und das Austesten von Grenzen. Sicher auch ein rebellisches Auflehnen gegen die Eltern und die Lust nach mehr. Zum Beispiel die Sachen, die wecken. Im Ausgang hat man zwei Jahre lang einfach «nur» getrunken und dann wollte man mehr. Rückblickend finde ich dies eher problematisch.

Domenic Schnoz: Was genau findest du problematisch?

Laurel: Unser menschlicher Körper hat einfach Grenzen, auch wenn man versucht mit irgendwelchen Mitteln diese herauszuschieben. Das wird sich immer rächen. Aktuell bin ich viel mehr geflasht von natürlichen Sachen, wie beispielsweise Natural-Highs. Man kann sich durch Gedanken in andere Zustände bringen.

Marcel Krebs: Laurel, du hast Neugierde erwähnt. Entsteht diese durch das Lesen, durch Kollegen oder durch Musik. Wie bist du neugierig geworden?

Laurel: Durch Musik und Filme, da man dort früh mit solchen Substanzen in Kontakt kommt.

Benedikt: Und das Internet.

Laurel: Ja, YouTube.

Benedikt: Bei mir war es ein Zusammenspiel aller Bereiche. Im Freundeskreis waren die Substanzen vorhanden. Aber auch die Rebellion gegen meine Eltern spielte eine Rolle.

Laurel: Da stimme ich zu. Der Freundeskreis war es auch.

Domenic Schnoz: Wie war dies zum Zeitpunkt der Einnahme bzw. war es ein bewusster Entscheid? Habt ihr euch zuvor wochenlang darüber Gedanken gemacht?

Benedikt: Beim Kiffen habe ich lange darüber nachgedacht. Dies kommt von meinen Eltern, weil mein Vater sehr dagegen ist. Mit dem Alkohol bin ich erst später in Kontakt gekommen. Dort war es ein spontaner Entscheid. Ich war mit meinen Kollegen unterwegs und alle waren betrunken. Bei anderen Substanzen fand eher ein geplantes Einnehmen statt.

Das Internet als Informationsquelle

Domenic Schnoz: Wie muss man sich ein «geplantes Einnehmen» vorstellen?

Benedikt: Also, wir haben uns in der Gruppe einen Tag vorgenommen und wollten dann konsumieren. Das ist wahrscheinlich eher speziell. Die meisten Menschen konsumieren im Ausgang und probieren spontan eine Substanz aus. Es ist also eine Mischung aus Planung und spontaner Einnahme.

Laurel: Ich habe gerade das Bild vor Augen, als wir im Freundeskreis das erste Mal Ritalin konsumiert haben. Wir haben ein Film angeschaut, in dem Ritalin

eingenommen wurde und danach eine grosse Party stattfand. Nach diesem Film informierten wir uns im Internet über den Konsum von Ritalin. Welche Menge, ist es gefährlich sowie über einen allfälligen Mischkonsum. Später haben wir dies bei einer Kollegin zu Hause ausprobiert.

Domenic Schnoz: Wo habt ihr das im Internet nachgeschaut? Weiss du das noch?

Laurel: Gutefrage.net. Zusätzlich gibt es auch sogenannte Drogenwikis und solche Sachen.

Benedikt: Das ist ebenfalls ein recht grosser Punkt, warum mein Interesse geweckt worden ist. Aufgrund der Erfahrungen der Kollegen begann ich mich einzulesen und bin bereits am Anfang auf Safer Use gestossen. Das habe ich mir eingeprägt. Man sollte nicht durchkonsumieren.

Laurel: Ich möchte hier kurz noch etwas anfügen. Damals gab es einen YouTube, «OPEN mind», der hat Drogen konsumiert und Tripberichte gemacht sowie Gefahren und Risiken aufgezeigt. Er trug massgeblich zur Planung sowie zum Interesse bei.

Domenic Schnoz: Wie seid ihr auf ihn gekommen?

Laurel: Über Freunde oder Vorschläge von YouTube.

Benedikt: Über das Internet.

Konsumsituationen

Domenic Schnoz: Jetzt haben wir viel über den ersten Konsum gesprochen. In welchen Situationen wird überhaupt konsumiert?

Benedikt: Immer eigentlich. Nicht unbedingt chemische Substanzen, aber gekifft wird eigentlich immer. Alkohol auch, wenn man am Abend beispielsweise etwas trinken geht. Tabak ebenfalls. Sonst eher am Wochenende, man hat frei, möchte etwas machen oder eine Super-Party findet statt.

Domenic Schnoz: Was wird an diesen Partys konsumiert?

Benedikt: Aufputschende Sachen. Die Basis ist immer der Alkohol.

Laurel: Alkohol und Kiffen.

Domenic Schnoz: Dann spielt es also keine Rolle, ob Koks, Amphetamine oder Ritalin?

Benedikt: Nein, das spielt keine Rolle.

Auf Amphi wird gespuckt in meinen Augen. Das nehme ich nicht mehr ein.

Marcel Krebs: Darf ich kurz unterbrechen. Nun kommt Jürg dazu. Herzlich Willkommen.

Jürg: Sorry für die Verspätung.

Domenic Schnoz: Mit der ersten Frage sind wir bereits durch. Jürg, kannst du kurz sagen mit welchen Substanzen du bereits Erfahrungen hast?

Jürg: Kokain, Amphetamin, Alkohol, Marihuana, LSD, Xanax, Hustensaft (Makatussin), andere Benzos, Valium, Oxycodon, Zigaretten.

Domenic Schnoz: Oxycodon ist, glaube ich, ein Opioid?

Jürg: Ja, 2-CB vergas ich zu erwähnen.

Der erste Kontakt mit Medikamenten

Domenic Schnoz: Ich würde nun gerne zu den Medikamenten übergehen, die den Schwerpunkt dieses Gesprächs bilden. Wie seid ihr das erste Mal mit Medikamenten in Kontakt gekommen und wieso habt ihr diese konsumiert?

Laurel: Als Kind war ich einmal mit meiner Mutter beim Bahnhof und dann ist ein «Junkie» zu uns gekommen und hat uns nach Geld gefragt. Meine Mutter hat mir dann erklärt, dass diese Person das Geld wahrscheinlich nimmt, um Hustensaft zu kaufen. Da habe ich dies das erste Mal gecheckt. Das ist schon lange her und ich bin nicht deshalb dazu gekommen. Begonnen habe ich mit Ritalin über einen Film, da war ich 16 Jahre alt. Bei Benzosachen sicher über Rap.

Jürg: Bei mir war es Strattera, so ungefähr mit 10 in der dritten Primarschule. Das geht nicht unter Medikamentenmissbrauch und ist ein Betäubungsmittel. Strattera wurde mir vor acht Jahren als Medikament verschrieben und ist seither bei mir nicht mehr abgeklärt worden. Vielleicht könnt ihr daraus auch noch etwas ableiten. Aber der erste Medikamentenmissbrauch fand bei mir in der dritten Sekundarstufe statt. Ein Kollege und ich sind über YouTube auf diese «Lean-Szene» gekommen, über den «Ami-Rap». Danach haben wir zu Hause eine Flasche Hustensaft entdeckt und getrunken.



Marcel Krebs: Was ist die «Lean-Szene»?

Jürg: Lean ist ein Synonym für Makatussin. In der amerikanischen Hip-Hop-Kultur ist dies bereits seit 20 Jahren ein Bestandteil. Lean ist eines der meistbenutzten Wörter. Es gibt verschiedene Ausdrücke, wie Zis-Rap oder Purple drank. Normalerweise ist es einfach Makatussin, gemischt mit Sprite.

Domenic Schnoz: Kannst du mir noch etwas zu Oxycodon erzählen? Hast du es schon häufiger gehabt und wie alt warst du beim ersten Mal? Wird das oft genommen?

Jürg: Ich habe es einmal ausprobiert. Einige Kollegen konsumieren es öfters. Ich habe davon gehört, dass es ein Schmerzmittel ist. Gefühlsmässig ist man betäubt, wie beim Fliegen. Die meisten mussten erbrechen.

Benedikt: Mit Medikamenten habe ich nicht viele Erfahrungen. Das erste Mal war ich ca. 14 Jahre, auch aufgrund der Musik. Ich nahm den gleichen Hustensaft, Makatussin. Die Beschaffung war früher schwierig, weil es kaum im Umlauf war. Danach habe ich herausgefunden, dass ein Kollege dies verkauft und wir

haben den Hustensaft konsumiert. Der Konsum gefiel mir überhaupt nicht. Ich bin eingeschlafen und habe komische Dinge gemacht, an die ich mich nicht erinnern kann. Von Ritalin habe ich zum ersten Mal im Zusammenhang mit der Schule gehört. Viele Schüler nehmen dies. Schlussendlich habe ich im Ausgang dann das erste Mal Ritalin konsumiert. Als aufputschendes Ding. Bei Benzos war es eher die Neugierde, weil viele Musik-Künstler davon sprechen und es beinahe glorifizieren. Im Freundeskreis war es ebenfalls ein Thema. Ich habe nie verstanden, warum. Ein Kollege von uns war eine gewisse Zeit abhängig und ist immer noch am Kämpfen. Worin besteht der Anreiz für diese Tablette und dann wirft man das ganze Leben weg? Das hat mich interessiert und deshalb habe ich es genommen.

Domenic Schnoz: Was meinst du mit «das ganze Leben wegwerfen» wegen einer Tablette?

Benedikt: Das Risiko wird eingegangen, dass man theoretisch eine Abhängigkeit entwickeln kann.

Reiz der Medikamente

Domenic Schnoz: Was reizt euch daran? Ritalin, das ist eine Art Speed-Ersatz. Das ist quasi die saubere Form oder man hat das Gefühl, das sie sauberer ist.

Laurel: Ich verspüre manchmal schon einen «Selbstvertrauensboost». Das ist aber beim Speed eigentlich auch.

Domenic Schnoz: Was ist dann der Reiz eher dämpfende Substanzen, wie Benzos zu nehmen? Wenn ich euch richtig verstehe, redet ihr ja von Lean und von Benzos, oder? Wie unterscheiden sich diese?

Jürg: Ich würde sagen nicht gross. Man ist bei beiden relativ betäubt und findet viele Sachen lustig. Eher introvertiert.

Benedikt: Es ist völlig egal, was sonst geschieht.

Jürg: Alles andere interessiert nicht. Man fühlt sich wie ein warmes Kissen. Das Problem bei Benzos ist, dass man schnell vergisst, wie viel man eingenommen hat. Mir ist es noch nie passiert, aber ich kenne viele, die davon berichteten.

Benedikt: Das habe ich zum Beispiel gerade am Samstag erlebt. Ein paar Kollegen von mir haben Xanax genommen, pro

Person zwei bis zweieinhalb Tabletten. Danach waren sie sich nicht mehr sicher, ob sie nun die eine Tablette eingenommen haben oder nicht. Sie sind vier Stunden auf dem Teppich herumgekrochen, um diese Xanax-Tablette zu suchen, die gar nicht mehr da war. Man ist richtig verrückt «drufe».

Jürg: Auf Benzos kannst du den ganzen Inhalt des Kühlschranks essen. Aber Lean bzw. Hustensaft in Kombination mit Benzos ist nicht empfehlenswert. Das habe ich zweimal gemacht mit Kollegen und ich weiss wirklich nichts mehr.

Domenic Schnoz: Hast du bewusst diese Kombination eingenommen?

Jürg: Das schon, aber ich habe nicht gedacht, dass ich einen kompletten Filmriss habe. Ich bin am Morgen aufgewacht und habe gedacht, was habe ich gestern gemacht? Und danach habe ich erfahren, dass wir an diesem Abend auch noch eine Ecstasy-Tablette eingenommen haben. Das habe ich auch nicht mehr gewusst. Das war dann die dreifache Kombination. Wir hatten auch Leute dabei, die nichts eingenommen haben. Die haben gefilmt. Nicht zum Rumschicken, einfach für uns. Ich bin froh, denn dies ist einer der Gründe, warum ich solche Sachen nicht mehr konsumiere.

Domenic Schnoz: Du konsumierst gar keine Medikamente mehr?

Jürg: Ich konsumiere eigentlich nicht mehr, ausser Kiffen.

Laurel: Xanax habe ich einmal konsumiert. Das fand ich scheisse. Ich habe kaum etwas gespürt, war etwas lockerer. Wir haben gleichzeitig auch gekifft und ich wage zu behaupten, dass ich mehr vom Kiffen gemerkt habe. Das Filmrissartige hatte ich nicht. Zum Glück hat mich dies abgeturnt. Lean habe ich einmal gehabt und da hatte ich das Gefühl, dass ich einen riesigen Joint rauche, der sechs Stunden anhält.

Jürg: Man kann durch Lean auch halluzinieren. Abgesehen von der Wirkung ist ein genereller Unterschied zwischen den beiden Substanzen, dass du bis vor zwei Jahren noch in der Apotheke eine Flasche «Makka» kaufen konntest für ca. 20 CHF oder noch günstiger. Seit einem Jahr erhältst du dies nicht mehr ohne Rezept. Deshalb bezahlst du auf dem Schwarz-

markt für ein Fläschchen mit 80 ml. ungefähr 100 CHF bis 120 CHF. Die Leute, die ich kenne, trinken so ein Fläschchen allein. Xanax ist da günstiger. Bei Xanax bezahlst du eigentlich nichts, wenn du es direkt aus dem Darknet bestellst.

Beschaffungswege

Domenic Schnoz: Wo kommt man dann an dieses Zeug ran?

Jürg: Wenn du dich etwas auskennst mit PC-Sachen, dann am einfachsten über das Darknet. Du bezahlst fast nichts, wenn du grössere Mengen kaufst. Pro Pille ca. 20 Rappen.

Domenic Schnoz: Aber das musst du ja irgendwo hin liefern lassen?

Jürg: Ja, an ein Postfach. Es ist schon riskant, aber es funktioniert in der Regel schon.

Domenic Schnoz: Bei 100 Bestellungen, was würdest du sagen, wie gross ist das Risiko? Wie häufig wird das Paket dann abgefangen? Was schätzt du?

Jürg: Ein bis fünf Mal.

Marcel Krebs: Wenn du im Darknet bestellst, wie weisst du welcher Verkäufer vertrauenswürdig ist?

Jürg: Eigentlich kannst du nur auf die Rezensionen gehen. Also auf Bewertungen von anderen Kunden. Sonst hast du praktisch keine Anhaltspunkte. Das ist auch für die CIA und FBI eine riesige Schwierigkeit, herauszufinden wer diese Menschen überhaupt sind, die dieses Zeug verkaufen. Alles ist verschlüsselt.

Marcel Krebs: Schaust du dann, wie es eingepackt ist? Machst du eine Kontrolle, ob die Ware sauber ist?

Benedikt: Die einzige Möglichkeit ist eine Drogenteststelle. Sonst kannst du nichts kontrollieren.

Jürg: Ich kenne eine Gruppe von Kleindealern, die aufgefliegen ist. Sie haben einmal MDMA bestellt, jedoch Crystal Meth erhalten. Das Darknet ist komplex und ich bin da auch nicht voll drin.

Domenic Schnoz: Was denkt ihr? Ist das Darknet die Hauptbezugsquelle für die meisten Leute, die in eurem Alter Medikamente konsumieren?

Benedikt: Wenn es nur um den Konsum

geht, dann nicht. Die Dealer beschaffen die Medikamente im Darknet. Die Jugendlichen gehen meistens zu den Dealern, die im Freundeskreis bekannt sind.

Laurel: Gerade bei Opioiden bzw. Lean, da habe ich auch gehört, dass jemand eine alte Ladung via Kontakt zu einer Apotheke erhalten hat. Die Medikamente waren abgelaufen und konnten nicht mehr verkauft werden. Häufig wird jedoch schon über das Darknet gedealt und dann erfolgt eine lokale Verteilung.

Jürg: Ja, im Darknet ist viel «Güssel ume». Viele Leute achten darauf, dass sie Xanax kaufen, die sealed sind, d. h. in einem Glas, das noch verschlossen ist. Da merkt man, wenn es einmal geöffnet wurde. Andere wiederum interessiert dies nicht und die kaufen irgendein zusammengestampftes Zeug.

Domenic Schnoz: Aber so ein Glas, das sealed ist, könnte das nicht auch illegal hergestellt worden sein? Ist das dann wirklich «safe»?

Jürg: Ja, das könnte natürlich auch eine Fälschung sein.

Domenic Schnoz: Wie ist es mit Chatgruppen, z. B. mit Snapchat und Instagram? Kann man dort Sachen kaufen? Ist das in eurem Umfeld ein Thema?

Jürg: Es gibt schon so Helden, die immer auf Snapchat oder Instagram ihre Story posten, was sie alles zu verkaufen haben.

Laurel: Sporadisch erhalte ich auch SMS,

Jürg: die jemand allen schickt. Jedoch eher selten. Im Allgemeinen wird davon abgeraten, solche Dinge auf Social Media zu posten.

Benedikt: Übrigens, ich muss mich in ca. 5 Minuten verabschieden.

Domenic Schnoz: Nun noch die letzte Frage zum Kaufen. Habe ich es richtig verstanden, dass es im Prinzip Personen bzw. Kleindealer sind, die diverse Sachen im Angebot haben und unter anderem dann auch noch Pillen bzw. Medikamente verkaufen?

Laurel: Ja.

Marcel Krebs: Bei Snapchat seid ihr jedoch viel misstrauischer, weil dort Menschen dahinterstehen, die ihr nicht kennt? Mit den Dealern hat man eher Kontakt und deshalb auch Vertrauen.

Benedikt: Meistens sind es die Dealer, die man kennt und die dann ihre privaten Storys posten. Wenn du in dieser Story drin bist, kannst du es sehen und ihnen schreiben.

Laurel: Aber gleichzeitig muss ich sagen, dass es schon eher die «Sketchy-Leute» sind, die per Story auf sich aufmerksam machen müssen. Bei den anderen Personen ist es die Mund-zu-Mund-Propaganda.

Jürg: Ich habe vor einer Woche gehört, dass Zivil-Cops auf Snapchat sind. Ich kenne eigentlich niemand, der nur Medikamente und Benzos anbietet. Es ist meistens schon in Kombination mit Koks, Gras und so. Wenn jemand gross dealt und grosse Mengen an Xanax vertickt, dann sind dies auch nicht Personen, die einzelne Pillen verkaufen.

Benedikt: Also, ich muss nun leider gehen. Tschüss zusammen.

Medikamentenkonsum – zu Hause oder im Ausgang?

Domenic Schnoz: Nun würde mich noch interessieren, in welchen Situationen ihr Medikamente konsumiert? Ist es im Ausgang oder eher zu Hause zum Chillen bzw. an Homepartys?

Jürg: Im Ausgang eher Ritalin und aufputschende Sachen. Es gibt auch noch Ad-derall, das ist ein wenig wie das amerikanische Ritalin, jedoch etwas heftiger. Ich habe mich noch nie so richtig damit auseinandergesetzt. Benzos, Opioide und all die anderen Sachen konsumierte ich nicht im Ausgang. Das ist eher selten, auch bei anderen Personen. Ich frage mich dann immer warum?

Laurel: So wie ich es kenne, ist es eher zu Hause im Zusammenhang mit Kiffen.

Marcel Krebs: Auch eher am Wochenende?

Jürg: Ich habe auch schon während der Woche konsumiert, aber nur selten, weil das Aufstehen am nächsten Tag extrem hart ist. Wenn du arbeiten gehen musst oder in die Schule gehen solltest, dann ist es schon kritisch.

Domenic Schnoz: Laurel, du hast jetzt gerade gesagt, zusammen mit Kiffen. Mit was mischt ihr das sonst noch? Gibt es typische Mischungen?

Laurel: Wie gesagt, Benzos und Lean habe ich einmal eingenommen. Ansonsten

habe ich nicht so viele Erfahrungen. Beim Ritalin ist es klar Alkohol, auch in hohen Mengen oder Kiffen. Es kam auch schon vor, dass es mit Speed oder Koks gemischt war.

Domenic Schnoz: Und bei dir Jürg, du hast wahrscheinlich am meisten Konsumerfahrungen mit Medikamenten. Was mischt man und wieso?

Jürg: Wahrscheinlich schon. Mit Gras eigentlich immer. Mit Alkohol wird Xanax ebenfalls oft gemischt. Ich bin sonst halt nicht so der Mischer. Ausser mit Gras.

Risiken des Mischkonsums und Safer Use

Domenic Schnoz: Wie schätzt ihr das Risiko ein? Zuerst einmal von Medikamenten generell? Wie riskant ist das im Gegensatz zu anderen Substanzen?

Jürg: Etwa gleich.

Laurel: Ich habe das Gefühl, dass das Risiko daherkommt, dass du das Gefühl hast, dass die Medikamente sauber sind und du dir deshalb mehr zutraust. Jetzt nicht bei Benzos, denn die sind ja nicht sauber. Bei den anderen Sachen hast du das Gefühl, ja es ist clean.

Jürg: Ja, bei Benzos ebenfalls. Viele Leute denken sich so: «Meine Mutter hat einmal wegen Schlafproblemen oder Stress ein Benzos verschrieben bekommen und es ist normal, weil man es bei der Apotheke beziehen kann. Dann kann es ja nicht so schlimm sein.»

Marcel Krebs: Mit sauber meint ihr, dass es quasi ein anerkanntes Medikament ist. Verpackt mit Rezept?

Jürg: Ja, voll.

Laurel: Ich würde durchaus sagen, dass vor allem die Mischung mit Alkohol extrem gefährlich ist. Gerade beim «Upper- und Downermischen», da gibt es schon Storys von Herz-Kreislaufstörungen. Kollegen haben immer wieder Herzrasen im Ausgang oder Übelkeit oder einen kompletten Kontrollverlust. Diese Gefahr besteht.

Jürg: Das Einzige, was ich jeweils gemacht habe, wenn ich vom Ausgang nach Hause gekommen bin und Amphetamin konsumiert hatte, war die Einnahme eines Benzos zum Schlafen. Danach habe ich super geschlafen.

Domenic Schnoz: Gibt es Sachen, die ihr überlegt, bevor ihr mischt und konsumiert, damit der Konsum möglichst sicher wird?

Jürg: Am Anfang überlegt man es sich schon noch und denkt, heute nehme ich nur Xanax. Später interessieren die meisten Sachen nicht mehr so und dann beginnt man zu mischen. Du bist jedoch gar nicht mehr in der Lage, das Ganze richtig einzuschätzen.

Domenic Schnoz: Das höre ich noch viel, dass sozusagen die Entscheidungskompetenz dann fehlt.

Jürg: Ja, meistens passiert es unbewusst.

Domenic Schnoz: Benzos nimmt auch die Angst. Angst kann ein Faktor sein, um gewisse Substanzen nicht zu mischen.

Jürg: Einmal habe ich sogar ein «Upper» und ein «Downer» gemixt. Das war als ich LSD genommen habe. Danach sind wir an eine Homeparty gegangen, ca. sechs Leute haben LSD genommen, die anderen Alkohol. Das war dann nicht so nice, wir waren mit den verschiedenen Substanzen nicht auf der gleichen Bewusstseinsstufe. Zusätzlich ist noch die Polizei aufgrund von Ruhestörungen gekommen. Ein Kollege hatte noch Xanax dabei und wir mussten sie einnehmen, bevor die Polizei hereinkam. Wir haben diese eingenommen und ab dann wurde der LSD-Trip gut. Zuvor war es etwas unangenehm. Daneben wurde an diesem Abend auch noch Koks konsumiert. Aber eben, die Erinnerungen sind weg. Das ist halt das Problem von Benzos, dass man sich nicht erinnern kann ab einer gewissen Dosis.

Marcel Krebs: Benedikt ist leider nicht mehr da. Zu Beginn hat er gesagt, dass mit der Entwicklung der Neugierde gleichzeitig auch die Auseinandersetzung mit Risiken stattfindet. Er sprach von Safer Use. Mit dem Recherchieren über Substanzen ist gleichzeitig das Informieren über dessen Gefahren verbunden. Erhältet ihr über das Internet die notwendigen Informationen über die Risiken der Substanzen bzw. wenn ihr konsumieren wollt? Oder wisst ihr oft eigentlich gar nicht, wie gefährlich der Konsum ist?

Jürg: Wenn man auf die richtigen Quellen zugreift, dann kann man sich richtig gut informieren. Auf YouTube



sind viele Erfahrungsberichte vorhanden. TripAdvisor, von Menschen, die selbst konsumiert haben bzw. sich während dem Konsum aufgenommen haben. Im Internet gibt es Saferuse.de. Diese Seite finde ich gut und verständlich.

Laurel: Es gibt auch offizielle Seiten, die wirklich gut sind. Dort findest du Fakten. Mein Problem bei diesen Erfahrungsberichten ist, dass sie nicht neutral sind. Diese Personen haben bereits konsumiert und daher ist kaum Kritik vorhanden. Tendenziell wird dort der Konsum verherrlicht und auf den offiziellen Internetseiten verteufelt.

Marcel Krebs: Hast Du Beispiele, wo alles verteufelt wird?

Laurel: Es gibt ja offizielle Safer-Use-Seiten und dort sind unendlich viele Nebenwirkungen aufgelistet. Darin enthalten sind alle potenziellen Nebenwirkungen, ohne Differenzierung.

Marcel Krebs: Ihr hättet gerne, dass mehr gewichtet wird. Diese Nebenwirkung ist selten, eine andere oft.

Laurel: Das würde sicherlich helfen.

Domenic Schnoz: Wenn du am Computer sitzt und dich über Substanzen informieren möchtest, was googelst du dann? Wie gehst du vor?

Jürg: Es kommt darauf an, nach welcher Information ich suche. Zum Beispiel: Wie gefährlich ist Xanax? Praktisch ist hier auch die Social Media-Plattform Reddit. Dort findet man viele Sachen, lustige oder weniger lustige Storys.

Domenic Schnoz: Was schreckt euch am meisten ab bzw. was ist für euch der grösste Hinderungsgrund Medikamente zu konsumieren? Worin besteht die grösste Gefahr?

Jürg: Bei Medikamenten kann man sehr schnell eine Abhängigkeit entwickeln. Wenn man beispielsweise Benzos drei Tage hintereinander nimmt, dann hat man bereits eine gewisse Abhängigkeit entwickelt. Eine Benzo-Abhängigkeit ist nichts Schönes. Das weiss ich von Kollegen. Das ist wirklich gar nicht schön, bei Oxycodon bzw. beim Opiat ist es noch schlimmer. Ich habe einen Kollegen, der war abhängig von Oxycodon. Er hat es über eine lange Zeit jeden Tag eingenommen. Er bekam körperliche Beschwerden. Das ganze Im-

munsystem war kaputt und Antriebslosigkeit. Das ist nicht gut.

Laurel: Was für mich abschreckend ist, ist das Bild von aussen. Beispielsweise eine hohe Dosierung von MDMA bzw. wenn das Umfeld realisiert, dass du gerade «voll drufe bisch». Das finde ich überhaupt nicht angenehm. Wovor ich ebenfalls Respekt habe, ist, dass man nicht mehr merkt, wie tief man bereits in der Sucht drinsteckt. Sprich, wenn man täglich am Konsumieren ist und nicht mehr merkt, wie viel die Sucht überhaupt vom Lebensinhalt auffrisst. Quasi das Hineinfallen und in einem Loch gefangen bleiben. Davor habe ich grosse Angst.

Jürg: Ebenfalls das Geld ist schade. Wenn du etwas konsumierst und dich danach nicht mehr daran erinnern kannst. Das bringt nichts.

Domenic Schnoz: Habt ihr das Gefühl, dass es in eurer Altersgruppe, über euren Freundeskreis hinaus, der Konsum verbreitet ist? Oder ist es eher etwas, was einzelne Gruppen machen. Wie nehmt ihr dies wahr?

Laurel: Der Konsum ist stärker verbreitet in der Gesellschaft, als dies die

ältere Generation wahrhaben will. Gleichzeitig sind viele Personen schockiert, wenn ich solche Dinge erzähle. Es ist eine nicht zu unterschätzende Minderheit.

Jürg: Es gibt viel mehr Leute, die beispielsweise Ecstasy oder Kokain konsumieren als Medikamente. Beim Konsum von Kokain ist man extrovertiert, geht in den Ausgang und macht etwas am Wochenende. Mit Medikamenten wird man introvertiert und schottet sich ab. Jeder ist so ein wenig für sich. Vielleicht geht es deshalb etwas unter.

Domenic Schnoz: Ich muss in vier Minuten den Chat-Raum verlassen. Marcel Krebs wird jedoch mit dem Gespräch weiterfahren. Herzlichen Dank von meiner Seite für eure Ehrlichkeit und eure Zeit. Das Gespräch war für mich sehr spannend und ich würde gerne mit euch noch weiter diskutieren.

Jürg: Wenn du wieder einmal jemand brauchst, um über andere Substanzen zu sprechen, würde ich mich gerne zur Verfügung stellen.

Laurel: Ich auch und herzlichen Dank, dass wir darüber sprechen können. Das ist auch für uns interessant.

Zeitgemässe Suchtprävention ist wichtig

Marcel Krebs: Könnt ihr sonst nur selten darüber sprechen, also mit Personen, die nicht konsumieren? Würdet ihr euch wünschen, dass ihr mehr darüber diskutieren könnt?

Laurel: Pädagogisch ist dies sicherlich sinnvoller. Wir hatten drei Personen, die in die Schule gekommen sind und uns darauf hinwiesen, dass wir auf keinen Fall Drogen konsumieren sollen, weil sie selbst «Junkies» waren und dadurch ihr gesamtes Leben verloren. Das bringt mir nichts und ich habe dabei nichts gelernt.

Marcel Krebs: Was wäre dann interessant für euch?

Laurel: Eine Art Bezugsperson, darüber zu sprechen, hilft mir am meisten. Gute Videos und informative Texte unterstützen mehr als eine Person, die ihre eigene «schlimme Story» erzählt.

Jürg: Finde ich auch. Es ist ein Tabuthema und hat einen schlechten Ruf in unserer Gesellschaft. Die meisten Menschen würden uns verurteilen, wenn wir ihnen all das erzählen, was wir nun bei euch preisgegeben haben.

Laurel: Und genau das beschäftigt viele. Wenn man darüber spricht, wird man direkt in eine Schublade gesteckt. Vor allem in unserem Alter ist es ein komplettes «No-Go». Die Menschen denken, man hat sein Leben bereits aufgegeben. Ich bin ein glücklicher Mensch. Natürlich ist es nicht gut, solche Sachen zu tun, aber es ist letztlich meine eigene Entscheidung.

Marcel Krebs: Was ihr nicht braucht, ist jemand der kommt und sagt, das ist gefährlich. Ihr wünscht euch eher eine Person, die die gesamte Situation mit euch reflektiert. Was für eine Person müsste das genau sein? Wann ist eine Fachperson für euch eine Unterstützung und wann ist sie nur lästig?

Jürg: Es ist sicher gut, wenn wir offen über alles sprechen können. Aber das Problem ist, dass Menschen, die nicht über solche Sachen sprechen möchten, die kann man nicht zwingen. Meistens sind dies Betroffene, die gerade in einer Sucht stecken. Bei zwei, drei Kollegen war es auch so, dass man gemerkt hat, da ist es gerade auf der Kippe zur Abhängigkeit. Da sagen wir dann schon, schau, du konsumierst zu viel, sei vorsichtig. Aber mehr können wir nicht machen, denn du kannst niemandem etwas verbieten. Wenn jemand wirklich konsumiert, dann kann man nicht viel machen.

Laurel: Ich habe oft das Gefühl, dass der erste Schritt die Prävention ist, dass man gar nicht erst in die Sucht abrutscht. In unserer Generation war das häufig mit Abschrecken verbunden, was wo möglich nicht mehr zeitgemäss ist. Eine offene Kommunikation über die Risiken, die Testmöglichkeiten sowie über Erfahrungsberichte wäre wichtig. Weiter benötigt es eine Person, die zuhört, ohne zu urteilen. Zusätzlich sollte der Zugang zu Institutionen, wie Suchtberatungsstellen, niederschwelliger sein.

Jürg: Ich persönlich würde die Legalisierung der Drogen gut finden. Wenn aktuell ein Konsument seinen Stoff will, dann erhält er diesen, jedoch unkontrolliert auf der Strasse bzw. im Darknet. Dadurch unterstützt er andere Drogengeschäfte. Ich habe das Gefühl, dass bei einer Legalisierung eine Kontrolle der konsumierenden Personen einfacher wäre. Der Schwarzmarkt wäre unterdrückt und der Staat würde ebenfalls Gewinne

dadurch erzielen, beispielsweise könnte man damit die AHV retten. Den Stoff erhält man sowieso. Weshalb dann nicht kontrolliert und sauber.

Marcel Krebs: Zum Abschluss habe ich noch eine Frage. Benedikt hat zu Beginn erwähnt, dass er wegen der Corona-Pandemie weniger Alkohol trinkt. Der Cannabis-Konsum ist gleichgeblieben. Wie ist das bei euch? Hat die Corona-Krise bzw. der Lockdown einen Einfluss auf den Konsum? Habt ihr andere Substanzen konsumiert und warum?

Jürg: Aufgrund des Lockdowns ist man immer zu Hause und zu Beginn des Lockdowns hatten wir keine Schule und ich war noch mit meiner Ex-Freundin zusammen. Da habe ich selten gekiffert, eigentlich nur am Wochenende, nie unter der Woche. Alkohol ab und zu am Wochenende. Als die Trennung kam, habe ich wieder mein Umfeld gewechselt und war mehr mit meinen Kollegen zusammen. Dort wurde aufgrund von Corona häufiger konsumiert. Man ist immer zu Hause, es ist langweilig. Man braucht etwas zum Herunterfahren. Wir haben nicht unbedingt neue Sachen eingenommen, sondern wir haben im grösseren Umfang konsumiert. Personen, die kiffen, haben einfach mehr gekiffert. Leute, die Benzos nehmen, haben auch unter der Woche Benzos zu Hause eingenommen.

Laurel: Bei mir war es ähnlich. Das Kiffen hat zugenommen. Ich begann immer früher am Tag, da ich wusste, dass der nächste Tag wieder genau gleich ablaufen wird. Der Alkohol- und Ritalinkonsum sank jedoch stark. Bis vor vier Wochen konnten wir wieder in den Ausgang gehen und da hatte ich einen extremen Peak, was die Ausgangsdrogen anbelangt. Ich suchte den «Thrill». Dies ist aufgrund von Corona erneut abrupt abgebrochen.

Endnote

- ¹ Vgl. den Beitrag im SuchtMagazin 6/2020 von Elvira Tini und Oliver Bilke-Hentsch, Problematischer Medikamentenkonsum in der Kinder- und Jugendpsychiatrie.
- ² Die drei Jugendlichen haben eigene Pseudonyme ausgewählt.