



# Wie ben ik?

- Ondernemer
- Evenementenorganisator
- DJ
- Alcohol / drugs kenner
- Nachtraad lid



# De Nachtraad

- Belangenorganisatie voor de Groningse nacht
- Ontwikkelen van campagnes
- Kroegcolleges
- Nachtstadhuis



# Het Nachtstadhuis

- Een centrale plek voor alles omtrent de nacht
- Alles over sex/drugs/alcohol
- Drugs testen
- “Safe haven”



**Wie heeft er ooit  
alcohol gedronken?**

**Wie heeft er ooit  
drugs gebruikt?**

# Wat zijn drugs?

“Drugs zijn stoffen die het bewustzijn beïnvloeden en om die reden in een niet-medische context ingenomen worden” - Jellinek



# Soorten drugs

- Verdovende middelen  
Alcohol / Lachgas / GHB
- Stimulerende middelen  
XTC / Speed / Cocaine
- Hallucinogene middelen  
2CB / Paddo's / LSD
- Designerdrugs





# Designerdrugs

- Worden NIET geproduceerd door Gucci/Prada/Louis Vuitton
- Designerdrugs zijn nieuwe (nog) legale drugs
- 3MMC / 4FA / 2CE
- De gebruiker is de labrat!



# 4FA

- “Light” alternatief van MDMA
- 4FA was recent zeer populair..
- .. totdat de hersenbloedingen begonnen



Extreme hoofdpijnen, hartproblemen en hersenbloedingen. Waarom zou je eigenlijk nog 4-FA nemen, na de waarschuwing van het Trimbos-instituut en Jellinek?

NACHTRAAD

# Waarom drugs worden gebruikt

- Nieuwsgierigheid
- Ontspanning
- Langer door kunnen gaan
- De omgeving doet het ook
- Gevoelens/gedachten onderdrukken



# Spirituele/helende ervaringen

- Psychedelica kan een genezende werking hebben
- Depressie / trauma's / PTSS
- Paden in de hersenen worden “gereset”
- *Doe dit alleen met professionele begeleiding!*



**Is cannabis legaal in  
Nederland?**

**Is XTC legaal in  
Nederland?**

**Is cocaïne legaal in  
Nederland?**

# Drugs zijn NIET legaal

- Cannabis wordt gedoogd
- Harddrugs zijn verboden
- “1 pil teveel maakt een crimineel”
- Drugs op evenementen
- Het geven van harddrugs aan een ander valt altijd onder dealen!

NACHTRAAD



# Gevaren van drugs

- Acute gevaren
- Mentale gezondheid
- Geen kwaliteitscontrole
- Verslaving



# Verlaving

- Wanneer ben je verslaafd?
  - Vaker gebruiken dan gepland
  - Sterke drang om te gebruiken
  - Niet in staat om te voorzien in basisbehoeften



NACHTRAAD

# Wat te doen bij een verslaving?

- Werken aan de basisbehoeften
  - Sociale contacten
  - Hobbies
  - Studie
  - Werk
- Zoek hulp!



# Kwaliteitscontrole

- Laat je shit testen!
- 100% legaal
- 100% gratis
- 100% anoniem
- Meer info op [www.drugs-test.nl](http://www.drugs-test.nl)



# Vragen



E: [misha@nachtraad.nl](mailto:misha@nachtraad.nl)  
FB: Misha Pchenitchnikov  
IG: [@misha.pchen](https://www.instagram.com/misha.pchen)

# Schadelijkheid drugs?

- In het nieuws: legaliseren of juist nog voorzichtiger?
- Lubach vs. NRC



## Xtc is zeker niet 'relatief onschuldig'

**Drugs** Partydrug xtc bezorgt jongeren, zelfs 'beginners', geheugenschade, schrijft *Liesbeth Reneman*. Langetermijnonderzoek is nodig.

30 oktober 2018

Artikel opslaan

# Trimbos monitor drugsincidenten

- Ieder jaar ca 6.000 drugsincidenten (Ambulance, Ziekenhuis, Politie, EHBO). Meeste op EHBO grote evenementen
- Meeste incidenten: hyperthermie (oververhitting), hypertensie (hoge bloeddruk), watervergiftiging, hallucinaties, paniekaanvallen

# Welke drugs bij incidenten?

- Veel combinatiegebruik
- Sommige drugs wat gevaarlijker dan andere: bv. GHB, Ketamine
- Vergissen in dosis of soort drugs



# Risico's op incident

- Geschatte risico op een matig / ernstig gezondheidsincident (waarbij iig medische observatie nodig is; 1e hulp)
  - Ecstasy is one in 900 pills (0.11%)
  - Cocaine it is one in 1600 doses (0.06%)
  - Gamma-HydroxyButyrate one in 95 doses (1.05%)

(van Amsterdam, Pennings & van den Brink, 2020)

# Controverses over neurotoxiciteit XTC bij mensen

HUMAN PSYCHOPHARMACOLOGY

*Hum. Psychopharmacol Clin Exp* 2013; **28**: 289–307.

Pu  
(w

HUMAN PSYCHOPHARMACOLOGY

*Hum. Psychopharmacol Clin Exp* 2014; **29**: 105–108.

SF

Published online in Wiley Online Library

## Human Psychopharmacology: Clinical & Experimental

Review Article

MDMA is certainly damaging after 25 years of empirical research:  
a reply and refutation of Doblin *et al.* (2014)

Andrew C. Parrott 

# Redenen controverses

- Dierstudies toepasbaar op mensen?
- Publication bias / politieke agenda's
- Causaliteit (experimentele setup niet mogelijk)
- Welke gebruikers worden getest?
  - Polydrug issues
  - Hoe zwaar is het gebruik?
  - Hoe puur waren de pillen?

# Langetermijnschade

- Sterke aanwijzingen dat fors XTC gebruik serotoninehuishouding langdurig negatief beïnvloedt (Roberts ea.,2016; Mueller et.al., 2019)
  - Geen relatie met lifetime dosis, wellicht wel met dosis per occasion
- Onduidelijk of matig/ licht ecstasygebruik bovengemiddeld neurotoxisch is.
  - Er zijn wel aanwijzingen voor vermindering witte stof (myelinisering) in enkele hersengebieden & verminderde geheugenfunctie
- Reversibiliteit is onduidelijk; abstinentie leidt iig tot gedeeltelijke verbetering
- Risico op schade blijkt sterk individueel bepaald te zijn, dus blijft een gok