

Cocaine

Cocaine, ofwel coke, is een wit kristalachtig poeder. Het smaakt wat bitter. Cocaine zit in de bladeren van de cocaïneplant (Erythroxylon coca). De bladeren bevatten 0,5 tot 1% cocaine. De plant groeit vooral in Zuid-Amerika.

Soorten

In Zuid-Amerika kauwen gebruikers de cocainebladeren tot een pruim. Het blad wordt in de mond gestopt en vermengd met kalk. Het geeft een licht oppeppend gevoel en neemt honger weg. Van cocaine-bladeren kan cocapasta gemaakt worden.

Cocapasta of bazooka ontstaat bij de productie van cocaine. Cocapasta kan als drug gebruikt worden. Dat gebeurt vooral in Zuid-Amerika. Het wordt dan gerookt.

Cocaine wordt gemaakt door de cocapasta chemisch te bewerken tot een poederachtig product. Dit poeder snuif je op. Snuifcocaine wordt vooral in Europa en de VS gebruikt, vooral door mensen die regelmatig uitgaan.

Crack/basecoke of gekookte coke wordt gemaakt door de snuifcocaine op te lossen in water en dan te vermengen met maagzout (of ammonia). Crack/basecoke wordt gerookt. Het heeft een snel en heftig effect. Crack/basecoke wordt vooral gebruikt door heroïnegebruikers, die naast hun heroïne ook crack gebruiken. Het ziet er uit als een klein ondoorzichtig klontje.

In 2015 heeft 0,7% van de Nederlanders van 18 jaar en ouder onlangs cocaine gebruikt. 4,3% van alle Nederlanders boven de 18 heeft ooit gebruikt, 1,6% het afgelopen jaar.¹

Gebruik van snuifcocaine vindt vooral plaats tijdens het late uitgaan.

Door crack/basecoke maar ook door snuifcocaine kun je in de problemen komen. Bij de hulpverlening meldden zich in 2015 7.295 mensen aan met verslavingsproblemen.⁴ 53% heeft problemen met snuifcocaine, 47% met crack/basecoke.²

HOEVEEL MENSEN GEBRUIKEN

MANIEREN VAN GEBRUIK

Cocaine snuif je. Het cocainepoeder wordt in een lijntje gelegd en via een kokertje in de neus opgesnoven. Gebruikers nemen meestal een dosis van 0,05 gram (50 milligram). Op een avond worden dan een paar van die lijntjes genomen.

Cocaine wordt ook wel eens met tabak vermengd en gerookt. Dat geeft een kort en heftig effect, ondanks het feit dat er veel van de cocaine verloren gaat.

Cocaine opgelost in water kun je ook sputten. De opgeloste coke wordt in een spuit opgetrokken en in een ader gespoten.

Crack/basecoke wordt gerookt of gechineesd. Het roken of basen gaat met een waterpijp of een speciaal crackpijpie. Bij chinezen wordt een klontje basecoke op een stukje aluminiumfolie gelegd en verhit. De dampen worden door een kokertje geïnhaleerd en komen direct in de longen terecht.

OPNAME / AFBRAAK

Cocainepoeder lost goed op in water. Bij snuiven lost de cocaine op in je neusslijmvlies en komt in het bloed terecht. Het bloed brengt de cocaine naar de organen en de rest van het lichaam. 30 tot 60% van de opgesnoven cocaine wordt op die manier opgenomen. De rest van de cocaine slik je met het slijm in. Na enige minuten bereikt cocaine de hersenen. In de hersenen zorgt cocaine ervoor dat de zenuwen bepaalde stoffjes afscheiden. Deze stoffjes heten dopamine, serotonine en noradrenaline. Door dopamine en serotonine voel je je lekker en door noradrenaline word je energiek en gaat je hartslag omhoog.

Cocaine vernauwt de bloedvaatjes. Gebruik je veel op een avond, dan kan er door de vernauwde bloedvaatjes minder cocaine worden opgenomen. Cocaine vraagt dus om matig gebruik. Ook blokkeert cocaine de geleiding van prikkels in de zenuwen, waardoor je een verdoofd gevoel krijgt in je neus.

Afbraak

Cocaine wordt door de lever afgebroken. De lever breekt ongeveer 30 tot 40 milligram in een uur af. De afbraakstoffen worden via de urine uitgescheiden.

WAT VOEL JE

Cocaine werkt na enige minuten. Het effect houdt ongeveer een half uur aan. Bij het snuiven van een of twee lijntjes voel je je opgewekt en vrolijk. Je bruist van energie, wordt spraakzaam, en meent sneller en helderder te kunnen denken. Je wordt zelfverzekerd en denkt alles te kunnen. Je komt zogenaamd tot grote inzichten.

Hartslag en ademhaling gaan sneller, terwijl je bloedvaten vernauwen. De bloeddruk gaat sterk omhoog en je pupillen worden groter. Blaas en darmen willen zich ledigen, waardoor je vaker naar het toilet moet. Het uithoudingsvermogen wordt vergroot. Honger en vermoeidheid verdwijnen. Je neus, gehemelte en tandvlees raken verdoofd.

Bij sputten van cocaine en het roken van basecoke zijn de effecten heftiger en korter. Ook de risico's zijn vele malen groter.

Bij sputten werkt de coke vrijwel onmiddellijk, het effect duurt dan ongeveer tien minuten. Ook bij roken en chinezen werkt de basecoke onmiddellijk: de flash. Het effect duurt hooguit 5 minuten. Na afloop voelt een gebruiker zich down, rusteloos en opgefokt. Dat wordt dan de crash genoemd.

Crack/basecoke ³



KORTE TERMIJN

▲ Ontsteken van het neusslijmvlies

Cocaïne werkt vaatvernauwend. Dat gebeurt ook in het neusslijmvlies. Door de sterke vernauwing van de bloedvaten krijgen de cellen in het neusslijmvlies onvoldoende bloed en daardoor onvoldoende zuurstof en voedingsstoffen.

Het slijmvlies kan hierdoor ontstoken raken. Door de ontsteking gaat het slijmvlies extra slijm produceren. Je krijgt dan een loopneus. Ontstoken slijmvlies kan ook erg pijnlijk zijn. Bij chronisch gebruik kan het slijmvlies zelfs afsterven.

Door het snuiven kan cocaïne in de voorhoofdsholte terecht komen en daar verstoppingen en hoofdpijn veroorzaken.

▲ Hart en bloedvatenstelsel

- ▲ Cocaïne vernauwt de bloedvaten, waardoor de hartspier minder bloed krijgt. Tegelijkertijd zorgt cocaïne ervoor dat de hartslag en de bloeddruk sterk omhoog gaan. Het hart heeft meer zuurstof nodig, maar krijgt minder. Het hart wordt extra belast.
- ▲ In vernauwde vaten stroomt het bloed langzamer. Hierdoor kunnen bloedcellen aan elkaar gaan plakken en een klontje vormen. Hierdoor kan een vat zich afsluiten en kan een hartinfarct ontstaan.
- ▲ Dit alles wordt erger wanneer de bloedvaten door ouder worden al enigszins door aderverkalking aangetast zijn. Het reeds vernauwde vat wordt door de cocaïne verder vernauwd, waardoor het hart zonder zuurstof kan komen te zitten.
- ▲ Cocaïne jaagt verder de hartslag op. Soms kan dit zo hard gaan dat hartritme stoornissen kunnen ontstaan.
- ▲ De hoge bloeddruk is ook nog slecht voor de vaatwanden. Deze kunnen beschadigd worden, waardoor vetten zich makkelijker kunnen afzetten. Op die manier kan cocaïne ook bijdragen tot aderverkalking.

▲ Seks

Bij hoge doseringen krijg je moeilijker een erectie of een orgasme. Bij chronisch gebruik verdwijnt de belangstelling in zijn geheel.

▲ Alcohol

De combinatie alcohol + coke brengt een aantal risico's met zich mee:

1. Door de combinatie voel je het effect van alcohol minder. Daardoor drink je meer dan je van plan bent.
2. Zowel alcohol als cocaïne veroorzaakt een toename van de hartslag. Als gevolg hiervan heeft je hart meer zuurstof nodig, terwijl de

cocaïne door de vaatvernauwende werking de zuurstoftoevoer juist verkleint.

3. De combinatie zorgt voor de vorming van een nieuwe stof: coca-ethyleen. Coke + coca-ethyleen vormen opnieuw een extra belasting voor hart en bloedvaten.
4. Door de combinatie wordt ook de lever extra belast. Deze moet niet alleen de alcohol afbreken, maar ook nog eens cocaïne en de coca-ethyleen. De lever kan hierdoor beschadigd raken. Daarnaast zorgt de combinatie van alcohol en cocaïne voor een grotere kans om verslaafd te worden.

▲ Vernijdingen

Cocaïne kan worden getest. Cocaïne die je koopt is vaak versneden. De geteste monsters bestaan voor 67% uit cocaïne.⁴ Dat wil niet zeggen dat deze monsters ook niet andere stoffen kunnen bevatten. Zo bevat 58% levamisol. Levamisol kan bij zware gebruikers de afweer verzwakken.

LANGE TERMIJN

▲ Verandering van persoonlijkheid

Als je veel cocaïne gebruikt kun je koel, arrogant en egoïstisch worden. Daardoor krijg je sneller ruzie.

▲ Vermoeidheid

Cocaïne onderdrukt vermoeidheid en slaap. Een gebruiker gaat maar door. Slapeloosheid en uitputting zijn het gevolg. Als de cocaïne is uitgewerkt, voel je je uitgeput en oververmoeid. Dit is vaak een reden om opnieuw te gebruiken.

▲ Gewichtsverlies

Door cocaïne verbruik je extra energie. Tegelijkertijd remt cocaïne de eetlust. Hierdoor worden je reserves aangesproken, waardoor gewichtsverlies kan optreden.

▲ Achterdocht

Door overmatig cocaïnegebruik kun je achterdochtig worden. Dat komt doordat door cocaïne het centrum in je hersenen, dat je schrikreacties regelt, overprikkeld wordt. Hierdoor schrik je de hele tijd, zonder dat er iets te schrikken valt. Je gaat naar oorzaken zoeken, waardoor je je van alles gaat inbeelden. Je wordt achterdochtig. Bovendien kan regelmatig cokegebruik allerlei angsten, jaloezie en waanvoorstellingen veroorzaken.

▲ Depressie

Van cocaïne kun je depressief worden. Dat komt omdat de zenuwen in de hersenen die serotonine afscheiden overprikkeld raken. Zij scheiden zoveel serotonine af, dat er bijna niets meer overblijft. De zenuw is alsof het een uitgerpste

sinaasappel is. Er komt geen sap meer uit.

Doordat de serotoninevoorraad uitgeput is, kun je je niet meer opgewekt voelen. Het kan enige tijd, soms maanden, duren voordat de zenuwen weer hersteld zijn. Tot die tijd voel je je down en depressief.

▲ Verslaving

Van cocaïne kun je geestelijk afhankelijk raken. Je denkt er vaak aan en kunt niet meer genieten zonder.

Het is niet zo dat je steeds meer cocaïne nodig hebt om nog het effect te voelen. Gewenning of tolerantie-ontwikkeling treedt dus niet op. Dat kan alleen als je heel veel gebruikt.

Als je mindert of stopt kun je wel last krijgen van langdurige en hinderlijke ontwenningsschijnselen. Je voelt je depressief en uitgeput. Je hebt geen energie en kunt niet meer genieten. De kans dat je weer gaat gebruiken is dan groot.

DOE DE TEST

Er bestaat een test waar mee je kunt nagaan of je riskant gebruikt. De hele test vind je op www.jellinek.nl.

Als je de test gedaan hebt krijg je automatisch de uitslag. De test bestaat uit vragen als:

Hoe vaak gebruik je coke?

Gebruik je wel eens terwijl je het niet van plan bent?

Denk je wel eens: ik ga stoppen of minderen?

Beïnvloedt cocaïne wel eens je werk?

Maak je wel eens ruzie onder invloed van coke?

Kun je nog genieten van uitgaan zonder coke?

Gebruik je wel eens op andere plekken (bij op je werk) dan normaal?

Maak je je wel eens zorgen over je gebruik?

Voel je je de dagen nadat je cocaïne hebt gebruikt wel eens down?

Heb je wel eens last van een pijnlijke neus?

WANNEER BEN JE VERSLAAFD

Voldoe je aan twee of drie van de volgende criteria dan heb je een milde stoornis in het gebruik van cocaïne. Voldoe je aan vier of vijf criteria dan is er sprake van een gematigde stoornis en bij zes of meer symptomen is er sprake van een ernstige stoornis.⁵ De 11 criteria zijn:

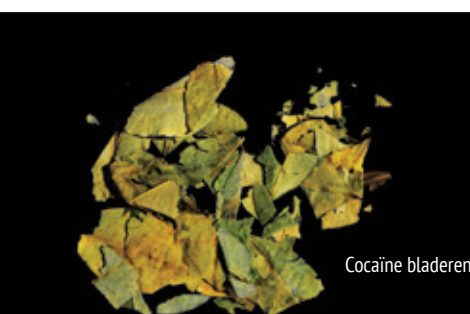
1. Vaker en in grotere hoeveelheden gebruiken dan het plan was.
2. Mislukte pogingen om te minderen of te stoppen.
3. Gebruik en herstel van gebruik kosten veel tijd.
4. Sterk verlangen om te gebruiken.
5. Door gebruik tekortschieten op het werk, school of thuis.
6. Blijven gebruiken ondanks dat het problemen meebrengt in het relationele vlak.
7. Door gebruik opgeven van hobby's, sociale activiteiten of werk.
8. Voortdurend gebruik, zelfs wanneer je daardoor in gevaar komt.
9. Voortdurend gebruik ondanks weet hebben dat het gebruik lichamelijke of psychische problemen met zich mee brengt of verergert.
10. 10. Grotere hoeveelheden nodig hebben om het effect nog te voelen, oftewel: tolerantie.
11. 11. Het optreden van onthoudingsverschijnselen, die minder hevig worden door meer van de stof te gebruiken.

BEPERKEN RISICO'S

Aan het gebruik van drugs zijn altijd risico's verbonden. Gebruikers kunnen de risico's wel beperken. Dat kan als je*:

- ▲ Alleen af en toe gebruikt.
- ▲ Bij snuiven een eigen pijpje of rietje gebruikt. Dit voorkomt besmetting met hepatitis.
- ▲ Voor gebruik de cocaïne laat testen.
- ▲ Er rekening mee houdt dat cocaïne slecht is voor hart- en bloedvaten.
- ▲ Cocaïne niet combineert met alcohol.
- ▲ Er rekening mee houdt dat alcohol + coke de kans op agressie vergroot.
- ▲ Je realiseert dat roken of spuiten van cocaïne extra risicovol is.
- ▲ Niet gebruikt om vermoeidheid of depressies tegen te gaan.
- ▲ Na gebruik goed uitrust en eet.
- ▲ Na elke snuif of voor het slapen je neus spoelt met lauwwater.
- ▲ Je drugs laat testen. Kijk voor adressen op www.drugs-test.nl

* Dit advies geldt voor mensen zonder lichamelijke en/of psychische klachten en die niet zwanger zijn



Cocaïne bladeren

DE WET

Cocaïne wordt in de Opiumwet beschouwd als een harddrug: een drug met onaanvaardbare gezondheidsrisico's. Bezit, productie en handel zijn strafbaar. Bezit van een hoeveelheid voor eigen gebruik (0,5 gram) wordt in principe niet actief vervolgd. Wel moet je bij aanhouding je cocaïne inleveren. Verkoop is illegaal. Er is geen controle op de kwaliteit. Je kunt je cocaïne wel laten testen.

INFORMATIE EN HULP

- ▲ Alcohol en Drugs Infolijn: **0900 1995**
- ▲ Jellinek: **088 505 1220** ma t/m vrij tussen 09.00 en 11.00 uur en tussen 15.00 en 17.00 uur
- ▲ Folders: www.jellinek.nl

Websites:

- ▲ www.jellinek.nl (info, zelfhulp, behandeling)
- ▲ www.unity.nl (info)
- ▲ www.drugs-test.nl (drugstestservice)
- ▲ Voor websites van overige instellingen kijk op: www.ggznederland.nl



Oktober 2017

Uitgave: Jellinek Preventie
Postbus 75848
1070 AV Amsterdam

Ontwerp: Jimmy Goedhart

¹ NDM, 2016

² LADIS, 2016

³ www.dea.gov

⁴ Jaarbericht DIMS, 2013

⁵ DSM 5