

# DGUV Lernen und Gesundheit

## Partydrogen: Mischkonsum

Hintergrundinformationen für die Lehrkraft

### Feiern bis der Arzt kommt?

**Party machen und der Konsum von Drogen gehören für viele Jugendliche – ebenso wie für viele Erwachsene – zusammen. Mit Blick auf die Erwachsenen geht es vor allem um Alkohol und Nikotin, weit seltener auch um Cannabis. Jugendliche sind da experimentierfreudiger und risikobereiter – daraus entstehen besondere Gefahren für die Gesundheit.**



Foto: Fotolia/DWP



Drogenaffinitätsstudie 2011.  
Kurzlink: <http://bit.ly/AoEJd5>

### Erfolge der Drogenprävention

Die gute Nachricht zuerst: Insgesamt und längerfristig betrachtet, ist der Drogenkonsum junger Menschen in Deutschland rückläufig. Zu diesem Ergebnis kommt die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) aufgrund ihrer Drogenaffinitätsstudien, mit denen seit fast vier Jahrzehnten der Drogenkonsum Jugendlicher und junger Erwachsener in Deutschland erhoben wird. So ist der Anteil junger Erwachsener (18 bis 25 Jahre), die regelmäßig Alkohol trinken zwischen 1973 und 2011 von 67 auf 40 und die Zahl der Raucherinnen und Raucher von rund 63 auf zirka 37 Prozent gesunken. Rund 14 Prozent der Befragten haben im letzten Jahr eine illegale Droge, meist Cannabis, konsumiert. Auch hier ist die Tendenz sinkend.



Siehe Unterrichtsmaterialien „Legal Highs – der ungefährliche Weg zum Rausch?“, [www.dguv.de/lug](http://www.dguv.de/lug), webcode: lug1015208

Daneben gibt es allerdings neue Herausforderungen für die Drogenprävention: So hat sich die Zahl der sogenannten „Research Chemicals“ (auch „Legal Highs“) zwischen 2009 und 2012 verdreifacht. Hier geht es nun darum, potenzielle Konsumenten möglichst zeitnah zu erreichen und sie über die Risiken der neuen Substanzen aufzuklären. Der Anteil Jugendlicher und junger Erwachsener, denen mindestens einmal illegale Drogen angeboten wurden, liegt bei über 65 Prozent. Dass gerade bei den Jugendlichen zugleich die Bereitschaft zum „Probierkonsum“ abgenommen hat, ist ein weiterer Beleg dafür, dass Drogenprävention wirksam und weiterhin notwendig ist.

### Auszubildende als Zielgruppe der Suchtprävention

Suchtprävention und Suchtmittelkonsum sind Themen, die in Berufsorientierung, -vorbereitung und -ausbildung bislang wenig verbreitet sind. Und das, obwohl Auszubildende in der Regel den Altersgruppen angehören, die an den Wochenenden ausgehen und für den (Probier-)Konsum von Drogen vergleichsweise offen sind. Das Bundesministerium für Gesundheit fördert daher verschiedene Studien und Projekte, die zu einer Etablierung des Themas in diesem Bereich beitragen sollen. Auch die vorliegende Unterrichtseinheit möchte hierzu einen Beitrag leisten. So wird derzeit in einer repräsentativen Studie untersucht, inwieweit der Konsum von Alkohol und Drogen und Ausbildungsabbrüche (rund 20 Prozent eines Jahrgangs) in Zusammenhang stehen. Das Projekt „prev@work“, eine Studie zur Suchtprävention in Klein- und Kleinstbetrieben, und eine gemeinsame Internetseite der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen und der Barmer/GEK sind weitere Beispiele für das Bemühen, das Thema in die berufliche Bildung zu integrieren (Quelle: Drogen und Suchtbericht 2013, S. 61 und S. 64f, [http://drogenbeauftragte.de/fileadmin/dateien-dba/Service/Publikationen/BMG\\_Drogen-\\_und\\_Suchtbericht\\_2013\\_WEB\\_Gesamt.pdf](http://drogenbeauftragte.de/fileadmin/dateien-dba/Service/Publikationen/BMG_Drogen-_und_Suchtbericht_2013_WEB_Gesamt.pdf)).

### Mischkonsum ist die Regel

Spricht man von Partydrogen, denken sicherlich die meisten Menschen in erster Linie an Ecstasy und Halluzinogene sowie an Cannabis, vielleicht auch an Kokain, Crack oder Speed. Wichtig ist jedoch festzuhalten, dass sehr häufig zusätzlich Alkohol im Spiel ist. Auch bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen ist Alkohol immer noch die Droge Nummer eins!

Dieser Mischkonsum ist – wie jeder Mischkonsum – mit besonderen, kaum kalkulierbaren Risiken und besonderen Belastungen für den Organismus verbunden. Die Drogen beeinflussen sich gegenseitig in ihrer Wirkungsweise und unter Umständen vervielfacht sich die betäubende oder anregende Wirkung in gefährlicher Weise. Die Gefahr für lebensbedrohliche Drogennotfälle ist extrem erhöht. Die meisten Todesfälle durch Partydrogen sind auf Mischkonsum zurückzuführen. Die mit Abstand am häufigsten konsumierte Mischung ist die von Alkohol und Cannabis. Beide verstärken einander in ihrer Wirkung und führen zu schweren Rauschzuständen mit Kontrollverlust, erhöhter Aggressivität oder Teilnahmslosigkeit und einer starken Herz-Kreislauf-Belastung bis hin zum Kreislaufkollaps. Die Gefahr einer Abhängigkeitsentwicklung ist stark erhöht. Der „Kater“ am nächsten Tag ist besonders intensiv und oft mit starken Kopfschmerzen verbunden.



Foto: Fotolia-Joshua Resnick

Der gleichzeitige Konsum verschiedener Drogen birgt unkalkulierbare Risiken und erhöht die Gefahr von lebensbedrohlichen Drogennotfällen.

### Vielfalt der Substanzen und deren Wirkungen

Die Zahl der Substanzen, die neben Tabak und Alkohol als Drogen angeboten und verwendet werden, ist groß und wird ständig größer. **Cannabis** wird dabei mit großem Abstand von allen Altersgruppen am häufigsten konsumiert. Sein Risikopotenzial wird seit Jahrzehnten kontrovers diskutiert. Mittlerweile herrscht bei den Experten die Einschätzung vor, dass

bei Cannabis – ähnlich wie bei Alkohol – vor allem das Konsummuster und die Konsummotivation über das Risiko entscheiden und zumindest die Entwicklung einer starken psychischen Abhängigkeit durchaus möglich ist.

Unter dem Überbegriff **Ecstasy** werden in Pillenform oder als Kapseln verschiedene amphetaminverwandte Substanzen wie MDMA, MDA und MDE angeboten. Konsumierende erleben teils intensive Glücksgefühle und Gefühle der Nähe zu anderen Menschen. Neben der anregenden und entspannenden, also insgesamt angenehm erlebten Wirkung kann Ecstasy aber auch zum Beispiel Angstzustände auslösen. Gefährlich ist, dass Körpersignale nicht mehr wahrgenommen werden und es zu akutem Nieren- oder Leberversagen sowie zu einer Überhitzung mit lebensgefährlichen Folgen kommen kann.

Mit dem Sammelbegriff **Halluzinogene** werden so verschiedene Stoffe wie LSD, Ketamin und Nachtschattengewächse bezeichnet. Gemeinsam ist ihnen ihre Wirkung, das heißt, die Erzeugung von Halluzinationen und mitunter tiefgreifenden Bewusstseinsveränderungen. Diese können als angenehm, aber auch als sehr bedrohlich erlebt werden und zu Panikreaktionen führen. Sie können zudem unmittelbar Psychosen auslösen.

Unter dem Begriff **Legal Highs** werden teils synthetisch hergestellte Substanzen (Research Chemicals) und teils sogenannte Naturdrogen (Kräutermischungen, Badesalz oder Raumlüfterfrischer) angeboten. Meist ähneln Legal Highs in ihrer Wirkung bekannten Substanzen wie Cannabis, Ecstasy oder Amphetamin.



Informationen über die verschiedenen Drogen sowie aktuelle Hinweise und Warnungen unter: [www.drugcom.de](http://www.drugcom.de)  
[www.mindzone.info](http://www.mindzone.info)  
[www.pille-palle.net](http://www.pille-palle.net)

Eine Substanz, die von Experten als sehr gefährlich eingestuft wird, ist **Crystal Meth**. Der Wirkstoff ist Methamphetamin, eine synthetische Droge mit hohem Abhängigkeitspotenzial. Methamphetamin wurde bereits 1934 entwickelt und später als Pervitin vermarktet. Die Droge ist ein starkes Aufputzmittel. Hunger, Durst und Müdigkeit verschwinden, Angst ist wie weggefegt. Die Wirkung von Methamphetamin ist etwa doppelt so stark wie die von „normalem“ Amphetamin, das auch als „Speed“ bekannt ist. Amphetamine können vor allem bei Überdosierungen Psychosen auslösen und zu Herzrhythmusstörungen bis hin zum Herzinfarkt führen.

### Legal – illegal: Rechtliche Aspekte

Die weit verbreitete Einteilung in illegale und legale Drogen sagt wenig über die Gefährlichkeit einzelner Drogen aus und erfasst längst nicht mehr alle aktuell am Markt verfügbaren Drogen. Als illegale Drogen werden herkömmlich Substanzen bezeichnet, die vom „Gesetz über den Verkehr mit Betäubungsmitteln“, kurz: Betäubungsmittelgesetz (BtMG) erfasst werden. Konkret „illegal“ ist nicht der Konsum der Substanz, sondern beispielsweise ihre Herstellung und Beschaffung, ihr Verkauf oder jede sonstige Abgabe der Substanz ohne Erlaubnis des Bundesinstituts für Arzneimittelsicherheit und Medizinprodukte. So fallen eine ganze Reihe von Psychopharmaka unter das BtMG, die bei bestimmungsgemäßem Gebrauch helfen, psychische Krankheiten zu behandeln. Ein Beispiel ist das Medikament Ritalin mit dem Wirkstoff Methylphenidat, das vor allem von Studierenden missbräuchlich zur Leistungssteigerung eingenommen wird.

Der Begriff Legal Highs wurde mit Blick auf das BtMG geprägt. Durch geringfügige Änderungen in der chemischen Struktur der Stoffe kreieren „Drogen-Designer“ im Labor neue Stoffe, die vom BtMG (noch) nicht erfasst werden. Um den eigentlichen Zweck der Produkte zu verschleiern, werden diese oftmals als Badesalze, Raumlüfterfrischer oder Räuchermischungen deklariert. In der Rechtsprechung gibt es allerdings auch den Stand-

punkt, dass es sich bei Legal Highs um bedenkliche Arzneimittel handelt, die im Sinne des Arzneimittelgesetzes (AMG) generell nicht verkauft werden dürften, wenn der Kauf dieser Mittel eindeutig Konsumzwecken diene.



Aktuelle Gesetze unter <http://www.gesetze-im-internet.de>. Neben dem BtMG ist vor allem das Jugendschutzgesetz für rechtliche Aspekte im Umgang mit Suchtmitteln bedeutsam.

Um besser mit den Entwicklungen auf dem Drogenmarkt Schritt halten zu können, haben die EU-Staaten eine Initiative gestartet. Derzeit würde es mindestens zwei Jahre dauern, bis eine Substanz verboten ist. Künftig soll das Verfahren auf zehn Monate verkürzt werden. In besonders schwerwiegenden Fällen sollen die Substanzen unmittelbar für ein Jahr vom Markt genommen werden können (Quelle: Pressemitteilung Europäische Kommission 17.09.2013).

Schließlich sind Gesetzesverstöße auch im Umgang mit den legalen Drogen Alkohol und Tabak möglich und verbreitet, zum Beispiel indem beide entgegen den Bestimmungen des Jugendschutzgesetzes an unter 18j-ährige verkauft werden. Hier gibt es vor allem von Seiten der Suchtverbände Bemühungen, das Problembewusstsein zu erhöhen und zum Beispiel den Nachtverkauf von Alkohol an Tankstellen zu verbieten.

### Drogen und Arbeitswelt



Siehe Unterrichtsmaterialien „Alkohol am Arbeitsplatz“, [www.dguv.de/lug](http://www.dguv.de/lug), webcode: lug907602

Viele junge Leute konsumieren Drogen – wenn überhaupt – ausschließlich am Wochenende, wenn es darum geht, sich mit Freunden zu treffen und Party zu machen. In Bezug auf ihren Arbeitsplatz wird der Konsum – abgesehen von den gesundheitlichen Aspekten – erst problematisch, wenn die oder der Auszubildende alkoholisiert und/oder unter Drogeneinfluss zur Arbeit erscheint (nicht zu unterschätzen ist beispielsweise der morgendliche Restalkohol nach einer durchgefeierten Nacht). Neben den gesetzlichen Regelungen zur Teilnahme am Straßenverkehr gibt es einige Verordnungen, die zum Beispiel Berufskraftfahrern, Taxi-, Bahn- und Busfahrern den Konsum von Alkohol und Drogen bei beziehungsweise vor der Arbeit klar und deutlich untersagen. Außerdem haben viele Unternehmen entsprechende Regelungen in sogenannten Betriebsvereinbarungen festgelegt. Auch die „DGUV Vorschrift 1“ sagt eindeutig, dass Versicherte die Pflicht haben, sich nicht durch den Konsum von Alkohol, Drogen oder anderen berauschenden Mitteln in einen Zustand zu versetzen, durch den sie sich selbst oder andere gefährden können (siehe § 15, Absatz 2). Das ist vor allem wichtig, wenn der oder die Betroffene mit Maschinen umgeht oder am Straßenverkehr teilnimmt (dazu zählt natürlich auch der Arbeitsweg).



Cartoon: Michael Hüter

Wer im Rauschzustand sich oder andere in Gefahr bringt, muss mit weitreichenden Konsequenzen rechnen.

Tun sie dies doch, kann das – insbesondere im Falle eines Unfalls – weitreichende Konsequenzen haben, zum Beispiel den Verlust des Versicherungsschutzes der gesetzlichen Unfallversicherung, unter Umständen Regressansprüche des Arbeitgebers und der gesetzlichen Unfallversicherung, strafrechtliche Verfolgung, zum Beispiel wegen Körperverletzung, Gehaltsabzug, Abmahnung und schließlich den Verlust des Ausbildungs- beziehungsweise Arbeitsplatzes.

### Safer-Use-Tipps – Aufforderung zum Konsum?

Werden Drogen längerfristig und regelmäßig konsumiert, besteht immer die Gefahr der Gewöhnung und der Entwicklung einer psychischen Abhängigkeit. Die Konsumierenden brauchen die Droge, um sich ausgeglichen, leistungsfähig, entspannt, fröhlich etc. zu fühlen. Bei einer Reihe von Substanzen kommt die Gefahr einer körperlichen Abhängigkeit hinzu. Der Körper reagiert auf das Ausbleiben des Suchtmittels mit Entzugsserscheinungen, die von Schlafstörungen bis hin zu lebensbedrohlichen Entzugssyndromen reichen können. Das Spektrum der gesundheitlichen Schäden durch Dauerkonsum betrifft alle Organsysteme des Körpers.



Regeln für den risikoreduzierten Konsum finden Sie hier:  
[www.mindzone.info](http://www.mindzone.info)  
[www.drugcom.de](http://www.drugcom.de)

Bei der Präventionsarbeit mit Jugendlichen – und im Zusammenhang mit dem Konsum von Partydrogen – stehen die akuten Risiken des Konsums im Vordergrund. Mischkonsum und Überdosierung sowie der Konsum von unbekanntem und verunreinigten Drogen können die Gesundheit und das Leben der Konsumierenden unmittelbar gefährden. Deshalb kommunizieren Projekte wie „drugcom“ und „mindzone“ eine Reihe von risikomindernden „Minimalregeln für den Konsum“. Diese lauten unter anderem: kein Mischkonsum, stets Freunde über den Konsum informieren, ausreichend nichtalkoholische Getränke konsumieren und Pausen einlegen, zunächst nur eine viertel oder halbe Pille testen u. a. m.

Kritische Stimmen sind der Meinung, dass durch die Vermittlung solcher Safer-Use-Regeln der Konsum von Drogen indirekt gebilligt und gefördert wird. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung schreibt dazu: „Die Entwicklung in der Suchtprävention zeigt: Abschreckung alleine funktioniert nicht und wirkt unglaubwürdig. Vor allem in der Auseinandersetzung mit Konsumierenden hat sich eine sachliche, differenzierte Information bewährt. Jugendliche fühlen sich viel eher verstanden und ernst genommen, wenn das Gespräch über Drogen überhaupt unbefangen möglich ist und dabei sowohl die positiven wie auch die Risikoaspekte benannt werden. Zugleich schafft die Erfahrung, dass „man auch über Drogen reden kann“ eine Vertrauensgrundlage für den Fall, dass einzelne Jugendliche auf ihren problematischen Konsum hin tatsächlich angesprochen werden müssen.“ (Quelle: BZgA, Arbeitshilfe Cannabis S. 10, siehe Mediensammlung).

### Hinweise auf eine Abhängigkeitsentwicklung

Um eine starke Gewöhnung und Abhängigkeitsentwicklung zu vermeiden, sind Konsumpausen besonders wichtig. Diese Pausen sollten wenigstens vier Wochen dauern, um dem Körper Gelegenheit zu geben, sich zu erholen und seelisch wieder ins Gleichgewicht zu gelangen. Wie bei anderen Suchtmitteln und Verhaltenssüchten, zum Beispiel Online-sucht, stellt sich natürlich die Frage, wie eine beginnende Abhängigkeitsentwicklung erkannt werden kann. Folgende Symptome sind deutliche Warnzeichen:

- Zunahme der Konsummengen
- häufiges Denken an die Droge, zum Beispiel auch tagsüber im Betrieb oder bei anderen Aktivitäten
- sinkende Leistungen
- Konsum trotz gegenteiliger Vorsätze
- schlechte Laune und Unruhe, wenn die Droge nicht konsumiert werden kann
- Verlust von anderen Interessen, zum Beispiel werden Hobbys aufgegeben
- Konflikte wegen des Drogenkonsums, zum Beispiel mit Freunden und Eltern oder im Betrieb



Foto: Ingram Publishing

Wer Hilfe braucht und Hemmungen hat, zur örtlichen Suchtberatung zu gehen, findet auch im Internet Anlaufstellen mit hochqualifizierten Suchtexperten.



Online-Selbsttests finden Sie hier  
<http://www.drugcom.de/selbsttests/>

Treten zwei oder mehrere entsprechende Symptome auf, deutet dies auf eine problematische Entwicklung hin und die/der Betroffene sollte den Kontakt zu Hilfeangeboten suchen, um die persönliche Situation weiter zu klären und möglicherweise Veränderungen anzustreben.

### Wo findet man Hilfe?

Deutschlandweit gibt es über 1000 Beratungsstellen für Menschen mit Suchtproblemen. Adressen können beispielsweise online unter [www.bzga.de/Service](http://www.bzga.de/Service) recherchiert werden. Die Hemmschwelle, eine Beratungsstelle aufzusuchen, ist jedoch bei den meisten Jugendlichen und Erwachsenen sehr hoch. Eine Möglichkeit, den Kontakt zu erleichtern, kann ein Besuch in einer Beratungsstelle sein, bei dem die gesamte Lerngruppe das Angebot der Beratungsstelle kennenlernt. Örtliche Suchtberater sind meist auch gerne bereit, in die Schule zu kommen, ihre Arbeit vorzustellen und Fragen zu beantworten. Darüber hinaus gibt es eine Reihe von telefonischen und Online-Beratungsangeboten.

#### Telefonische Beratung:

##### Bundesweite Sucht- und DrogenHotline

0 18 05/31 30 31 (12 Cent/Min.)

täglich 0–24 Uhr

##### BZgA-Info-Telefon

02 21/89 20 31

Mo–Do: 10–22 Uhr, Fr–So: 10–18 Uhr

Jugendgerechte und fachlich fundierte Beratung per E-Mail oder im Chat bieten die beiden bereits mehrfach erwähnten Internetseiten [www.drugcom.de](http://www.drugcom.de) und [www.mindzone.info](http://www.mindzone.info).

### Impressum

DGUV Lernen und Gesundheit, Partydrogen: Gefährlicher Mischkonsum, November 2013

**Herausgeber:** Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV), Mittelstraße 51, 10117 Berlin

**Redaktion:** Andreas Baader, Sankt Augustin (verantwortlich); Gabriele Albert, Wiesbaden

**Text:** Petra Mader, Jena

**Fachliche Beratung:** Diplom-Psychologe Marc-D. Tensil, Drogen- und Suchtpräventionsexperte bei der Delphi-Gesellschaft, Berlin, Angela Knoll, DGUV

**Verlag:** Universum Verlag GmbH, 65175 Wiesbaden, Telefon: 0611/9030-0, [www.universum.de](http://www.universum.de)



Internethinweis



Arbeitsblätter



Arbeitsauftrag



Folien/  
Schaubilder



Video



Didaktisch-  
methodischer  
Hinweis



Tafelbild/  
Whiteboard



Lehrmaterialien