

GHB/GBL: JEDER

TROPFEN ZÄHLT

Chems
Sex
Party

Pass gut auf dich auf!

 ICH WEISS
WAS ICH TU

www.iwwit.de

PASS GUT AUF DICH AUF: BEI GHB/GBL IST

DIE RICHTIGE DOSIS ENTSCHIEDEND

Bei GHB, vor allem aber bei GBL kann es leicht zu gefährlichen Überdosierungen kommen. Mit dem Nachdosieren immer mindestens zwei Stunden warten! Mischkonsum von GHB/GBL, insbesondere mit anderen „Downern“ wie Alkohol oder Ketamin, und die Kombination mit Proteasehemmern solltest du unbedingt meiden.

GHB und GBL sind auch als „Liquid Ecstasy“ bekannt, obwohl sie chemisch nichts mit Ecstasy zu tun haben. GHB ist ein hoch wirksames Narkosemittel, GBL eine Vorstufe, die erst im Körper zu GHB umgewandelt wird.

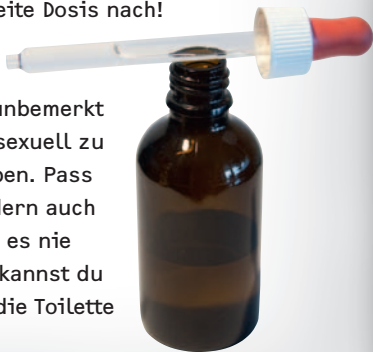
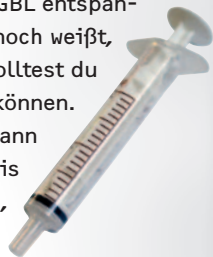
Bei größeren Mengen sind Erbrechen, starke Schläfrigkeit bis hin zu Bewusstlosigkeit, epileptische Anfälle und Atemlähmung bis zum Koma möglich. Konsumiere GHB/GBL niemals alleine, damit im Notfall jemand mit klarem Kopf Hilfe holen kann!

Die Wirkung von GHB/GBL hängt stark von anderen Faktoren ab, z. B. vom Körpergewicht, davon, ob du gerade gegessen hast, oder vom Zustand deiner Leber. Eine Dosis, die einmal okay war, kann beim nächsten Mal zu viel sein!

Vorsicht beim Nachkonsumieren: Hier entstehen die häufigsten Probleme bei GHB/GBL. Insbesondere nach Nahrungsaufnahme kannst du das Gefühl haben, dass die Wirkung zu früh nachlässt. Wenn du dann nachlegst, besteht ein hohes Risiko der Überdosierung!

TIPPS ZU GHB UND GBL

- Wenn du dich als passiver Partner mit GHB/GBL entspannen willst, dann nimm nur so viel, dass du noch weißt, was du tust! Wenn du der aktive Part bist, solltest du noch Signale deines Partners wahrnehmen können.
- Anfänger sollten mit 0,5 ml beginnen und dann maximal alle zwei Stunden eine geringe Dosis nachnehmen. Um genau dosieren zu können, solltest du immer eine 1-ml- oder 2-ml-Spritze nehmen.
- Rationen zum Nachlegen solltest du schon vorher im nüchternen Zustand abfüllen, um eine Überdosierung im Rausch zu vermeiden. Um die zwei Stunden Mindestabstand einzuhalten, solltest du dir die Zeit der letzten Dosis aufschreiben.
- Beachte unbedingt, dass die Wirkung bei vollem Magen langsamer einsetzen kann. Dosiere keinesfalls höher und nimm nicht frühzeitig eine zweite Dosis nach!
- Leider nehmen in der schwulen Szene Vorfälle zu, bei denen die Täter ihren Opfern unbemerkt GHB ins Glas mischen, um sie sexuell zu missbrauchen oder auszurauben. Pass daher nicht nur auf dich, sondern auch auf dein Getränk auf, und lass es nie unbeobachtet stehen. Zur Not kannst du es auch zum Tanzen oder auf die Toilette mitnehmen.



Ausführliche Infos zum Thema Drogen, Sex und Gesundheit findest du unter iwwit.de oder direkt unter diesem QR-Code:

Wenn du merkst, dass dein Drogenkonsum dein Leben zu sehr beeinflusst, wende dich an eine Schwulenberatung, Suchtberatungsstelle, deinen Hausarzt oder eine Aidshilfe in deiner Nähe.



**Chems
Sex
Party**

**Pass gut auf dich auf –
damit du auch weiterhin
Spaß haben kannst!**

Impressum

© Deutsche AIDS-Hilfe e.V. | Wilhelmstraße 138 | 10963 Berlin
Tel.: 030/690087-0 | www.aidshilfe.de | dah@aidshilfe.de

1. Auflage, 2012 | Bestellnummer: 171140

Textgrundlage: Thomas Schwarz, Tibor Harrach, Florian Winkler-Ohm
Redaktion: Matthias Kuske, Holger Sweers

Fotos: CaJa, Thomas Schwarz | Layout: Carmen Janiesch

Druck: schöne drucksachen GmbH, Bessemerstraße 76a, 12103 Berlin

Haftungsausschluss: Diese Informationen sind keine Anleitung oder Motivierung zum Drogenkonsum! Der Text wurde nach bestem Wissen und Gewissen verfasst (Stand: Juni 2012). Dennoch können Irrtümer nicht ausgeschlossen werden. Die Deutsche AIDS-Hilfe übernimmt keine Haftung für Schäden, die durch irgendeine Art der Nutzung dieser Informationen entstehen.