

J

unkies

E

x-Junkies

S

ubstituierte

I

N

F

O

Leben

mit

Drogen

Nr. 1

Safer Use -

Weniger Risiko
beim Spritzen



Wie fängt alles an?

Den ersten Schuß machen fast alle mit erfahreneren Leuten gemeinsam. Du darfst schon dabei keine gebrauchte Spritze und Nadel akzeptieren. Für die Übertragung des Virus HIV, das AIDS auslösen kann, genügt bereits eine einzige Verwendung von gebrauchtem Besteck – natürlich auch beim ersten Mal. Auch wenn es scheinbar saubere Geräte sind, besteht die Infektionsgefahr durch Anhaftungen der mikroskopisch kleinen Erreger. Inzwischen wissen die meisten Leser/innen dieser Informationen:

Sicheres fixen gibt es nicht. Spritzen ist ein Risiko.

Wenn du es anfängst und dabei bleibst, solltest du wissen, daß du blitzschnell zu den Toten oder den gesundheitlich Ruinierten gehören kannst. Willst du mit Drogen nicht zum gesundheitlichen Wrack werden, solltest du – auch wenn der erste Schuß schon eine Weile zurückliegt und seitdem bei dir vieles durcheinandergelaufen ist – ab jetzt risikobewußt spritzen und dir ein paar lebenserhaltende Regeln angewöhnen.

Das ist auch dann nicht überflüssig, wenn du zu den bereits Infizierten gehörst. Das Virus HIV ist verschiedenartig, so daß du dich mehrfach, d.h. aufs Neue anstecken kannst.

Vielleicht kannst du bei weniger gefährlichen Formen des Konsums bleiben?

Oder dazu übergehen: Rauchen, Sniefen, Chinesen (engl. für "von Stanniol rauchen"). Kommen Ersatzdrogen für Dich in Frage? Methadon und Codein müssen nicht gespritzt werden, den Ansteckungsweg über's Blut vermeidest du auf diese Weise.

Genug gepredigt. Gefahr droht vom Gift selbst. Von AIDS, Hepatitis und anderen Infektionen. Von der gesetzlichen und der gesellschaftlichen Verfolgung. Und davon, daß Sucht vielen den Charakter verdirbt. Für süchtige Frauen ist Schwangerschaft ein besonderes Kapitel, das nach besonderer Beratung verlangt.

Kannst du die folgenden Ratschläge zu deinen festen Gewohnheiten im Umgang mit Spritzdrogen machen, kommst du über die Runden.

1. Nur neues Spritzbesteck benutzen

Nur neues oder ausschließlich von dir selbst benutztes Spritzbesteck nehmen. Bei gemeinsamer Benutzung einer Spritze/Kanüle geschieht die Übertragung der Erreger von Infektionskrankheiten (z.B. AIDS) in jenen Blutresten, die auch nach dem Durchspülen noch anhaften. Auch Plastikspritzen überstehen gründliches Auskochen oder Behandlung mit Desinfektionsmitteln (Bei unverdünnter Chlorbleiche so spülen: 2 x Wasser, 2 x Bleiche, 2 x Wasser). Passiert es, daß nur ein Besteck vorhanden ist und du nicht verzichten kannst, mach das Beste aus dieser verfahrenen Situation. Bei Reinigungsversuchen nur mit Wasser und mechanischen Hilfen wie Watte, Tempos etc. beachte:





Sehr häufig, immer wieder durchspülen. Innenseite der Kanüle und Kanülen-Aufsatzstück der Spritze auswischen. Spritze auseinandernehmen. Auch Kolben gegen unsichtbare Anhaftungen abwischen. Nach dem Zusammensetzen noch mehrmals spülen. Es bleibt ein Restrisiko.

2. Spritzenvorrat anlegen

Kostenlosen Umtausch in AIDS-Hilfen und anderen Tauschstellen nutzen (Kontaktläden, Drogenberatungen), nötigenfalls fordern. Nachts und feiertags Automatenversorgung beachten. Und keine Angst, fast alle Apotheken geben Spritzen ab, ungern nur während der nächtlichen Bereitschaft. **Gebrauchte Spritzen sofort entsorgen oder später tauschen!** Nadel nicht umbiegen oder abbrechen, sondern mit Kappe sichern.

3. Wie die eigene Dosis sind auch die eigenen Utensilien unteilbar

Jede/r löst oder kocht auf und spritzt sich ihr/sein dope nur mit den eigenen Sachen (frisches Wasser, Löffel, Watte, Zellstoff, Nadel, Pumpe). Wird z.B. beim Teilen ein gebrauchtes Besteck benutzt um abzumessen oder umzufüllen, ist alle sonstige Hygiene und Vorsorge gefährdet (siehe Abb.) Filter können helfen, sie können aber auch infiziert sein. Filter müssen immer ausgekocht werden. Um Fäulnis zu vermeiden, bewahre sie unbedingt luftgetrocknet auf. Keinen benutzten Zellstoff (Tempos) mit fremdem Blut zum Abwischen nach dem Druck nehmen.

4. Barbiturate sind Fahrkarten ins Jenseits

Barbiturate (Schlafmittel), Tranquilizer und andere Psychodrogen aus der Apo

sind zusammen mit Heroin lebensgefährlich. Alkohol macht die Mixtur im Körper noch brisanter – mehr als die Hälfte der Drogentoten z.B. in Berlin (von Januar bis August '90 von 80 Opfern 43) starben an dieser Mischung. 33 wurden Opfer ausschließlich von Heroin, 3 starben an einer Mischung von Heroin und Kokain.

5. Saubere Opiate sind kaum gesundheitsschädlich

Saubere Opiate sind als langfristige Wirkstoffe der menschlichen Natur kaum schädlich. Die Todesgefahr ungewollter Überdosierung geht von der schwankenden Qualität des Heroins aus, das der Schwarze Markt den VerbraucherInnen beschert. Unbekannte Qualität niemals alleine und erst eine Hälfte und nach Abwarten die zweite Hälfte spritzen. Das gilt auch für Kokain.





6. Überdosis

Passiert ein Fall von Überdosis: Wachhalten, notfalls mit Wasser oder Ohrfeigen. Bewegen, hinundherführen. Bei Atemstillstand Kinnlade dichthalten und durch die Nase beatmen. Nur wenn der Kopf ganz im Nacken liegt, kann die Luft strömen. Keine Panik. Verschwinden erst nach Hilferuf! Ein anonymes Anruf ist besser als gar keiner. Verschreibungspflichtig ist NARCANTI, das Gegenmittel zur Heroinüberdosis. Ist es griffbereit, mag es, trotz ärztlicher Bedenken gegen Selbstmedikation, Leben retten (sprich mit deinem Arzt).

7. Intravenös

Oberflächenvenen finden sich über den ganzen Körper verteilt und zur Not können sie auch alle zum Spritzen gebraucht werden. Nur der Hals und die Leistengegend sind nicht ohne Gefahr zu benutzen. Wenig belastbar sind die Venen an den Füßen, am Penis, allgemein an den Beinen. Am schmerzhaftesten sind Einstiche an den Handinnenflächen und Fingern.

Wird die Vene oder umliegendes Gewebe verletzt, so verursacht nichtsterile Injektionslösung oder Spritzbesteck dort oft Abszesse oder auch noch üblere Infektionen. Diese verschwinden unter ärztlicher Behandlung schneller als bei eigener Versorgung. Behandle deine Venen pfleglich, du weißt nicht, wie lange du sie noch brauchst. Wechsle oft Arm und Einstichstellen, vermeide Verödung durch Dauergebrauch. Nimm nur scharfe, neue Kanülen und gewöhn dir keine Fehler beim Spritzen an. Laß es dir notfalls von sachkundigen Leuten zeigen!

Geht was daneben, Rest nicht mehr abdrücken, sofort raus, Stelle mit Salbe behandeln. Injektion in anderer Vene beenden. Triffst du eine Arterie, reiß dir sofort die Nadel raus, das ist die richtige Vorgehensweise. Schon geringe Mengen der Injektionslösung werden arteriell als überwältigend unerträglich empfunden. Sollte alles oder doch genügend hineingelangt sein, wird es gewöhnlich zu schmerzhafter Gliederschwellung kommen, die erst nach Stunden,

manchmal Tagen abklingt. Für den sogenannten **shake** sind nicht die Drogen, sondern Beimengungen und Dreck die Ursache. Die Verunreinigungen sind in die gesamte Blutbahn gelangt und lösen Schüttelfrost und Krämpfe aus. **Gut zudecken und heißen Schwarz- oder Kräutertee trinken.** Damit überwindet der Körper diese akute Vergiftung gewöhnlich in einer halben Stunde. Bist du bei diesen Vorfällen unsicher, ob du allein damit fertig wirst, such besser einen Arzt auf.

8. Vermeide behördliche Registrierung

und begünstige nicht deine eigene Strafverfolgung, z.B. durch falsches Verhalten bei Polizei und Kripo. Du bist nach Abstempelung als Fixer/Fixerin und nach erkennungsdienstlicher Behandlung durch die Drogenermittler nur noch benachteiligt. Plane Maßnahmen gegen deine Sucht mit den richtigen Leuten, nutze die anonymen Spritzentausch- und Beratungsangebote und



Hilfen der Selbsthilfegruppen, Junkiebünde und AIDS-Hilfen. Bereits gemachte Erfahrungen mit dem gleichen Los sind für dich von Nutzen.

9.

Vermeide ungeplante Entzüge

und strapaziöse häufige Unterdosierung. Begünstige deine Entzüge durch die richtige Vorbereitung. Entziehst du ohne medizinische Hilfe, mach dir den Zugang zu deiner Droge unmöglich.

10.

Safer Sex

Auf jeden Fall mit Sex-Kunden und auch sonst, wenn du dir nicht wirklich ganz sicher bist, Kondome benutzen. Vermeidest du die HIV-Ansteckung beim Spritzen, wär's ja inkonsequent, dem Virus beim Liebesakt 'ne Chance zu lassen. Oder nicht ?
Sprich mit deinem ständigen Partner über euer richtiges Verhalten.

Kondome gibt es umsonst in AIDS-Beratungen, AIDS-Hilfen, Drogenberatungsstellen, Positivenläden, Sexual- und Familienberatungen.

Bleibst du auf der Nadel und bei den Drogen, beherzige die 10 hier aufgeführten Gebote !

Ein Wort an die Allgemeinheit.

Sicherer und sauberer spritzen – safer use – ist vernünftiger Umgang mit dem Risiko. Aber ob Dreck oder Sauberkeit, ob Virus oder Ansteckungsvorsorge, das Betäubungsmittelgesetz bedroht Drogenkonsumenten unterschiedslos. Nur, ohne Lebensqualität, ohne Hoffnung, ohne Bürgerrechte und Gleichbehandlung für süchtige DrogengebraucherInnen werden diese keine neue, allgemein anerkannte Norm der Vermeidung gesundheitlicher Risiken in den Alltag der Sucht übernehmen können. Dies geht nur, wenn Versorgungselend und Kriminalisierung aufhören. Einer wirklichen gesundheitlichen Besserstellung der DrogengebraucherInnen geht die Aufhebung des Verbots ihrer Drogen voraus.

JES – Junkies, Ex-Junkies, Substituierte

c/o D.A.H., Dieffenbachstr. 33, 10 967 Berlin, Tel. 69 00 87 56
oder über eine unserer regionalen Initiativen.

Spendenkonto: Deutsche Apotheke & Ärzte Bank Berlin
Konto 010 3500 500 BLZ 100 906 03 Stichwort „JES“