SAFER USE

Solltest du sniefen, dann zerhacke die Kristalle so klein wie möglich, damit sie deine Nasenschleimhaut nicht verletzen. (Beachte ansonsten die anderen Safer-Sniffing-Regeln.)

Anstatt zu sniefen, schlucke das MDMA lieber in kleinen „Bömbchen“ oder Kapseln, da dies deine Nasenschleimhäute schont und das Infektionsrisiko senkt.

Achte während des Konsums auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr, am besten in Form von Wasser oder Saftschorlen, um einer Austrocknung vorzubeugen. Bei hohem Flüssigkeitsverlust, solltest du entsprechend mehr trinken.

Beim Zähneknirschen oder einem „Kau-Flash“ hilft ein Kaugummi, um die Zähne zu entlasten und die Wangenschleimhäute vor dem Zerbeißen zu schützen.

Iss nach dem Konsum genug, um Gewichtsverlust vorzubeugen. Achte auf vitaminreiche Kost und eine ausreichende Mineralienzufuhr (z.B. über Milchprodukte, Nüsse, etc.).

HERAUSGEGEBEN VON

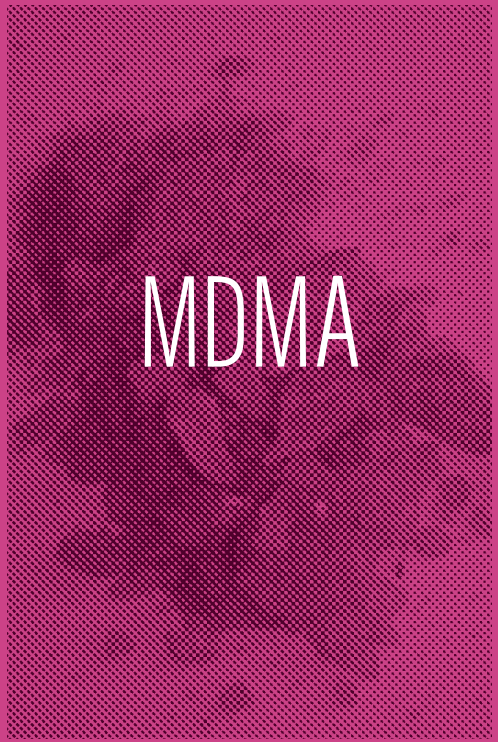
Fixpunkt e.V.
Ohlauer Straße 22
10999 Berlin

Fixpunkt e.V.

3. Auflage (2019)

HAFTUNGSAUSSCHLUSS

Dieser Flyer ist keine Aufforderung oder Anregung zum Konsum von Betäubungsmitteln und auch keine Aufforderung zum Drogengebrauch nach § 29 Abs. 1 Nr. 12 BtmG



MDMA

3,4-Methylendioxy-N-methylamphetamin (MDMA) gehört zur Gruppe der Phenylethylamine und ist ein Abkömmling des Amphetamins.

Die Substanz wird üblicherweise in Tablettenform als Ecstasy oder in Form gelblicher bis bräunlicher Kristalle verkauft. Meistens wird sie oral konsumiert, seltener auch gesnieft.

MDMA-Kristalle werden direkt aus dem Tütchen „gedippt“, als „Bömbchen“ in Zigarettenpapier gewickelt geschluckt oder in einem Getränk aufgelöst und getrunken.

Die Wirkungsdauer kann je nach Dosis und Konsumform zwischen 3 – 6 Stunden variieren.

WIRKUNG

MDMA wirkt vor allem auf zwei Ebenen. Zum einen kommt es zu einer verstärkt mitfühlenden („empathogenen“) Wirkung. Man kann sich besser in andere einfühlen, erlebt eine große Offenheit mit gleichzeitig gesteigerter Kontaktfreudigkeit. Es herrscht ein Gefühl von universeller Harmonie und Vertrautheit vor. Zum anderen kommt es durch MDMA zu einer das eigene Innere berührenden („entaktogenen“) Wirkung. Die eigenen Emotionen werden intensiver wahrgenommen, wobei Ängste und Unsicherheiten in den Hintergrund treten.

Auf körperlicher Ebene wirkt MDMA stimulierend. Puls und Blutdruck werden gesteigert, Hunger- und Durstgefühl nehmen ab, die Körpertemperatur wird erhöht, die Körperwahrnehmung wird intensiviert.

Akute negative Effekte u.a. in Folge einer Überdosis können Übelkeit, Mundtrockenheit, Muskelkrämpfe besonders im Kieferbereich („Kauflash“), Schwitzen und Harnverhalt sein.

Nach dem Runterkommen sind hauptsächlich Erschöpfung, depressive Verstimmungen und Müdigkeit die Folgen des Konsums.

RISIKEN

Bei langfristig andauerndem Gebrauch verstärken sich vor allem die negativen Effekte des Konsums, während die gewünschten Wirkungen immer mehr in den Hintergrund treten. Das menschliche Gehirn braucht mindestens vier Wochen, um seinen natürlichen Serotonin-Spiegel wieder aufzubauen.

Folgen eines regelmäßigen Konsums können Stimmungsschwankungen, Konzentrations- und Schlafstörungen sowie Magenprobleme sein. Bei entsprechenden Vorerkrankungen kann es ebenso zu Nieren-, Leber- und Herzschäden kommen. Die Gefahr einer psychischen Abhängigkeit ist gegeben.

Auf dem Schwarzmarkt erhältliche Ecstasy-Pillen enthalten oftmals nicht nur MDMA, sondern auch andere psychoaktive Amphetaminderivate, wie z.B. MDA, MBDB, MDE oder auch das halluzinogene 2C-B. Zusätzlich sind die Pillen auch mit anderen Streckmitteln wie m-CPP oder dem giftigen PMA versetzt und schwanken in ihren Wirkstoffgehalt. Teste deswegen immer zuerst eine halbe Pille an und leg nicht direkt nach, wenn die Wirkung auf sich warten lässt, du könntest eine Überdosis riskieren.

MDMA & ALKOHOL Diese Mischung trocknet den Körper verstärkt aus und beansprucht Leber und Niere zusätzlich. Es kann zu einer gefährlichen Überhitzung kommen.

MDMA & CANNABIS Es kann zu einem Wiedereinsetzen der MDMA-Wirkung mit großen Ängsten und Panikattacken kommen. Der Kreislauf wird besonders belastet.

MDMA & LSD („CANDYFLIP“) Die Wirkung wird zumeist als recht angenehm erlebt. Die Serotoninkonzentration im Gehirn wird durch das MDMA stark erhöht, so dass es beim Runterkommen wahrscheinlicher zu depressiven Verstimmungen kommen kann. Die Körpertemperatur steigt, wodurch das Risiko eines Kollaps oder eines Hitzschlags wahrscheinlicher wird.

MDMA & MAO-HEMMER Bei gleichzeitiger Einnahme mit MAO-Hemmern wird der Abbau von MDMA verlangsamt, was zu einer Verlängerung und Verstärkung der Wirkung führen kann. Im schlimmsten Fall kann ein lebensbedrohliches Serotoninsyndrom ausgelöst werden. MAO-Hemmer sind z.B. in einigen Antidepressiva und bestimmten Pflanzen enthalten. Auch andere den Serotoninspiegel erhöhende Substanzen (z.B. Methylon, Mephedron, etc.) haben den gleichen Effekt.

MDMA & SPEED Speed hebt die gewünschte MDMA-Wirkung weitestgehend auf, dafür können die negativen Effekte verstärkt werden. Der Flüssigkeitsverlust bei dieser Kombination ist besonders hoch.