

# Ecstasy

## MDMA, XTC, Pillen

### 3,4-METHYLEENDIOXY-N-METHYLAMPHETAMINE

#### LEES EERST DEZE BIJSLUITER

Vraag altijd om een nieuwe bijsluiter aangezien de informatie gewijzigd kan zijn door nieuwe bevindingen of veranderende inzichten. Indien u na het lezen van deze bijsluiter nog vragen hebt, raadpleeg dan een Unity-medewerker, druginformatiepunt of uw huisarts. Het kan zijn dat u later deze bijsluiter nog eens wilt lezen. Daarom adviseren wij u om deze bijsluiter op een handige plek te bewaren.

#### ALGEMENE INFORMATIE

##### Belangrijk

Dit is een korte samenvatting van de huidige stand van kennis betreffende dit product en mag in geen geval dienen als basis voor zowel voorgeschreven als niet voorgeschreven gebruik van MDMA. De gebruiker dient zich op de hoogte te stellen van alle risico's en veiligheidsvoorschriften alvorens met het gebruik te beginnen.

##### Dosering

**1 - 2 mg per kilo lichaamsgewicht. Niet vaker dan 1 maal per 4-6 weken, oraal.** Voorbeeld: u weegt 70 kg, dan is de dosis tussen de 70 en 140 mg. Let op! U weet pas hoeveel er in een pil zit als u hem heeft laten testen. (zie **Testen**)

Let op de dosis! Als u meer gebruikt omdat u het effect niet meer voelt, dan raakt u gewend aan MDMA en is de periode tussen het slikken te kort.

##### Duur van de werking

30-60 minuten tot opkomen; 2-3 uur plateau; 4-6 uur terug naar normaal.

##### Werking

Ego verzachting; angst vermindering; gevoel van liefde en empathie; vergemakkelijkt diepgaande conversaties en emotionele binding; verhoogd bewustzijn van het moment; verhoogde reactie op aangename zintuiglijke prikkels; gevoel van warmte, innerlijke vrede en spiritueel welbevinden.

##### Bijwerkingen

Vermindering van de eetlust; stimulering van het centrale zenuwstelsel; milde tot hevige kaakklem of knarsetanden; trillende ogen; opwinding; rusteloosheid; nervositeit; misselijkheid; trillen; milde tot hevige vermoeidheid na gebruik.

##### Rijvaardigheid en bedienen van machines

De concentratie en het reactievermogen raken onder invloed van MDMA verstoord. Deelname aan het verkeer en het bedienen van zware machines is onverantwoord en bovendien verboden, doe dit dus absoluut niet.

#### Wanneer mag u MDMA niet gebruiken?

MDMA niet samen gebruiken met andere stimulantia (speed/cocaine/ephedra), antidepressiva of MAO remmers (Mono Amine-Oxidase). Gebruik geen MDMA als u last heeft van een depressie of een andere psychische aandoening, onregelmatige hartslag, glaucoom (verhoogde oogdruk), hypertensie (hoge bloeddruk), aneurysma (bloedvatverwijding), epilepsie, lever- of nieraandoeningen en suikerziekte.

#### WAARSCHUWING

##### Lange-termijn effecten

Laboratoriumonderzoek op ratten heeft aangetoond dat langdurig en veelvuldig MDMA-gebruik op de lange termijn een vermindering van serotonine (signaalstof in de hersenen) geeft en schade kan veroorzaken aan serotonine-gestuurde axonen (uitlopers van hersencellen). Serotonine-gestuurde axonen maken deel uit van belangrijke gebieden in de hersenen, en hebben onder andere invloed op stemming, temperatuur en geheugen. Het wordt aangeraden om de dosering en frequentie te beperken en tijdens het gebruik te blijven drinken (geen alcohol!). Zie ook **Tips** onder aan deze bijsluiter.

#### WAT JE MOET WETEN VOORDAT JE MDMA GEBRUIKT

##### Algemeen

MDMA is een sterk stimulerend middel en is zowel lichamelijk als geestelijk belastend. Gebruik alleen als u gezond bent.

##### Opname en afbraak

Nadat MDMA is opgenomen in het lichaam zal het met behulp van enzymen worden afgebroken. Deze enzymen werken bij de één sneller dan bij de ander. Dit verklaart de verschillen in werkingsduur tussen verschillende personen die dezelfde dosis nemen.

##### Verhoogde hartslag en bloeddruk

MDMA veroorzaakt een verhoging van de bloeddruk en hartslag tijdens de eerste 5 uur na inname. Consumenten met een hoge bloeddruk en/of hartproblemen wordt aangeraden eerst met een arts te overleggen voor gebruik.

##### Lichaamstemperatuur

Een lichte verhoging van de lichaamstemperatuur is normaal gedurende de eerste 5 uur na inname. Omdat de meeste gebruikers zich erg op hun gemak voelen tijdens deze periode, vergeten zij water te drinken en verkoeling op te zoeken. Dit, in combinatie met een hoge dansactiviteit, een hoge omgevingstemperatuur en een hoge luchtvochtigheid kan hyperthermie (oververhitting) tot gevolg hebben.

#### Zwangerschap en borstvoeding

Het wordt ten strengste afgeraden om MDMA te gebruiken bij zwangerschap of als u borstvoeding geeft. MDMA gebruik door de moeder is schadelijk voor het kind.

#### Overdosering

Grote hoeveelheden MDMA kunnen extreme bijwerkingen hebben. Overdosering kan black-outs, misselijkheid, duizeligheid, hoofdpijn, serotoninetekort, hyperthermie (oververhitting), serotoninesyndroom, een hevige kater en andere negatieve bijwerkingen veroorzaken.

#### Psychische en emotionele kwetsbaarheid

Gebruikers met depressies, psychoses, angstaanvallen en andere emotionele afwijkingen in hun verleden moeten extra voorzichtig zijn en direct stoppen met gebruik indien de klachten/symptomen terugkomen.

#### Dodelijkheid van MDMA

In 1999 was het sterftecijfer door MDMA minder dan 1 op de miljoen keer gebruiken, gebaseerd op getallen van onder andere het NIDA (National Institute of Drug Abuse). Hogere leeftijd, slechte gezondheid of onderliggende ziekten en het gebruik van medicijnen verhogen de sterftekans.

#### Opmerking over beoordelingsvermogen onder invloed van MDMA

Het vermogen om juiste beslissingen te nemen kan verminderd zijn onder invloed van MDMA, met name wanneer het gaat om seks met personen waar u later spijt van hebt. Het kan ook zo zijn dat u dingen tegen mensen zegt die u beter niet had kunnen zeggen, dat u op een vervelende manier aan anderen gaat zitten of besluit uw laatste pillen aan het eind van de avond toch maar te gebruiken. Dit zijn typisch voorbeelden van slechte keuzes, hoewel deze op dat moment voorkomen normaal lijken. Adviseren om de spontaniteit te onderdrukken zou het gewenste effect van MDMA volledig teniet doen, maar er is een grens die leuke sociale experimenten en complete waanzin scheidt. Het is daarom aan te raden u over uw eigen grenzen te bezinnen alvorens te gebruiken en u daaraan te houden als u onder invloed bent.

#### Testen

Alleen met behulp van een laboratoriumtest weet u precies wat er in een pil zit! **De kleur, het logo of de grootte van een pil zeggen niets over wat er in die pil zit.** U kan op vele plekken in Nederland uw pil laten testen. Zie voor adressen en openingstijden: **www.drugs-test.nl**

Mocht u na het lezen van deze bijsluiter nog meer willen weten? Weet u niet zeker of een bepaalde waarschuwing op u van toepassing is? Vraag het uw arts, of informeer uzelf op een andere manier.

#### Meer informatie:

<http://www.unitydrugs.nl/>  
<http://www.jellinek.nl/brain>  
<http://www.erowid.org/mdma>  
<http://www.drugs-test.nl/>  
<http://www.thedea.org/>

#### TIPS

- Zorg tijdig voor afkoeling. Rust af en toe uit.
- Vul vocht- en zoutverlies aan. Als u danst heeft u ieder half uur een glas water of zoete frisdrank nodig. Nog beter is isotone sportdrank. Eet eventueel een zout koekje of wat chips.
- Zorg voor herstel van uw lichaam door goed te eten en te rusten. Neem na MDMA gebruik voldoende fruit (bijvoorbeeld banaan of sinaasappel) om verloren vitaminen en mineralen aan te vullen.
- Combineer MDMA niet met alcohol of andere drugs.
- Realiseer u dat gebruik van drugs nooit zonder risico is.

#### EERSTE HULP

Als MDMA verkeerd valt kunt u angstig en onrustig worden. Ook kunt u oververhit raken en een snelle hartslag krijgen.

Wat kunt u doen als iemand dit overkomt?

##### Bij angst:

- Zoek een rustige plek en stel persoon gerust. Vaak vindt iemand die angstig is het prettig om iets zoets te eten.

##### Bij oververhitting:

- Is de persoon rood en voelt hij of zij warm aan? Zoek een koele plek en besproei met water.
- Is de persoon bleek en voelt hij of zij warm aan? Bel onmiddellijk 112, doe overvullige kleren uit en besproei met water.

##### Bij heftige opwinding en/of agressie, waarbij persoon niet reageert op aanspreken:

- Bel 112 en vraag om een ambulance.

##### Bij bewusteloosheid (geen reactie op aanspreken of pijn) en hartproblemen:

- Bel 112.

Bedenk: een getrainde eerste hulp verlener kan uitgebreider hulp bieden.

#### Justitiële waarschuwing

Ondanks de krachtige en positieve werking is het bezitten en verhandelen van MDMA zonder toestemming ten strengste verboden. Hoewel kleine hoeveelheden vaak slechts in beslag zullen worden genomen, kan strafrechtelijke vervolging bij het aantreffen niet uitgesloten worden.