

SANNHETEN OM CRYSTAL METH

og metamfetaminer

Tweak
Meth
Glass

Ice
Tina
Chrissy
Speed

neitilstoff.org

HVORFOR DETTE HEFTET BLE LAGET

Det snakkes mye om stoff verden over — på gatene, i skolen, på internett og i TV. Noe av det er sant, noe er ikke sant.

Mye av det du hører om stoff kommer fra dem som selger dem. Tidligere narkohandlere har tilstått at de ville ha sagt hva som helst for å få andre til å kjøpe stoffene deres.

Ikke la deg lure. Du har bruk for fakta, for å unngå å bli avhengig av stoff, og til å hjelpe dine venner til fortsatt ikke å være på dem. Det er grunnen til at vi laget dette heftet — til deg.

Det er viktig for oss å høre hva du synes om heftet, så vi ser frem til å høre fra deg. Du kan også gå på nettet på **drugfreeworld.org** og sende oss e-post til **info@drugfreeworld.org**.

HVA ER CRYSTAL METH?

Crystal meth er forkortelsen for crystal methamphetamine. Det er bare en form av stoffet metamfetamin.

Metamfetamin er et hvitt krystallinsk stoff som folk tar ved å sniffe det, røyke det eller injisere det med en sprøyte. Enkelte svelger det, men alle utvikler en sterk trang til å fortsette å bruke det, fordi stoffet skaper en falsk følelse av lykke og velvære — et rush (sterk følelse) av selvtillit, hyperaktivitet og energi. Man opplever også en minsket appetitt. Virkningen fra stoffet varer vanligvis fra 6 til 8 timer, men kan vare opptil 24 timer.

Den første opplevelsen kan gi en viss nytelse, men fra starten av begynner metamfetaminet å ødelegge brukerens liv.



HVA ER METAMFETAMIN?

Metamfetamin er et ulovlig stoff i samme klasse som kokain og andre sterke gatestoffer. Det har mange slangbetegnelser — *meth*, *crank*, *chalk* eller *speed* er noen av de mest vanlige.

(Se side 7 for en liste over slangbetegnelser.)

Crystal meth brukes av personer i alle aldre, men brukes vanligvis mest som et «klubbstoff», som tas mens man fester i nattklubber eller ved ravepartyer. De vanligste navnene på gata er *ice* eller *glass*.

Det er et farlig og sterkt kjemisk stoff, og som alle stoff en gift som først fungerer som stimulans, men så systematisk begynner å



ødelegge kroppen. Slik kan det settes i forbindelse med alvorlige helsetilstander som tap av hukommelse, aggresjon, psykotisk oppførsel, og potensielle hjerte og hjerneskadene.

Det er ekstremt vanedannende, brenner opp kroppens ressurser, og skaper en ødeleggende avhengighet som kun kan avhjelpes ved å ta mer av stoffet.

Crystal meths virkning er sterkt konsentrert, og mange brukere forteller at de ble hektet (avhengig) første gang de brukte det. «Jeg prøvde det en gang og BANG! Jeg var hektet», sa en meth-avhengig som mistet familie, venner, jobb som musiker og endte opp på gata som hjemløs.

Derfor er det en av de verste avhengighetene å behandle, og mange dør av det grepet det har på dem.



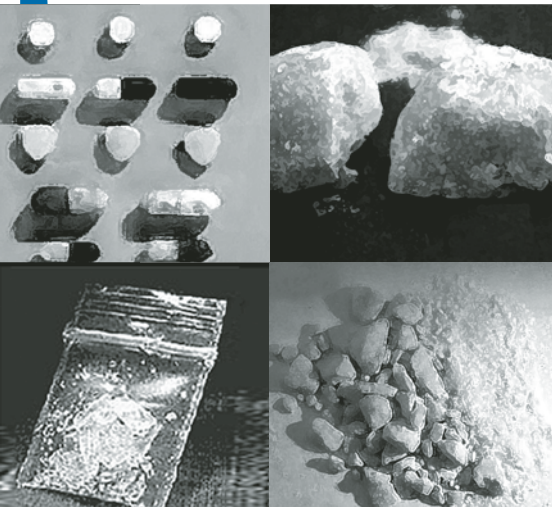
Meth-bruker i 2002



... og 2,5 år senere

Jeg begynte å bruke crystal meth mens jeg gikk på college. I løpet av første semester ble meth et så stort problem at jeg ble nødt til å slutte på skolen. Jeg så ut som om jeg hadde brennkopper etter å ha stirret på meg selv i speilet og hakket på meg selv i timevis. Jeg brukte all tiden min enten på å ta meth eller forsøke å få fatt i det.»
— Anne Marie

HVORDAN SER METAMFETAMIN UT?



Metamfetamin kommer vanligvis i form av et krystallinsk hvitt pulver som er luktfritt, smaker bittert og som lett løser seg opp i vann eller alkohol. Andre farger som har forekommet er brun, gul-grå, oransje og til og med rosa. Det kan også presses til piller. Som nevnt over, kan det sniffes, røykes eller injiseres. Crystal meth kommer i klare, store krystaller som ligner på is, og det røykes vanligvis.



GATENAVN FOR **METAMFETAMIN**

Metamfetamin og crystal methamphetamine har mange navn:

METH

- Beannies
- Brown
- Chalk
- Crank
- Chicken feed
- Cinnamon
- Crink
- Crypto
- Fast
- Get go
- Methlies Quik
- Mexican crack
- Pervitin (Tsjekkia)
- Redneck cocaine
- Speed

- Tick tick
- Tweak
- Wash
- Yaba (Sørøst-Asia)
- Yellow powder

CRYSTAL METH

- Batu
- Blade
- Cristy
- Crystal
- Crystal glass
- Glass
- Hot ice
- Ice
- Quartz
- Shabu
- Shards
- Stove top
- Tina
- Ventana

HVA LAGES METH AV?

Metamfetamin er et syntetisk, «menneskeskapt» stoff, ulikt kokain, for eksempel, som kommer fra en plante.

Meth blir vanligvis laget i ulovlige, skjulte laboratorier ved å bruke forskjellige former for amfetamin eller derivater av det, blandet med andre kjemikalier for å øke dens effekt. Vanlige hodepinetabletter benyttes ofte som basis for produksjonen av stoffet. Meth-«kokken» ekstraherer de aktive ingrediensene i disse pillene og kombinerer dem med farlige og til dels dødelige ingredienser som batterisyre, avløpsrens, lampeolje og frostmiddel for å øke styrken.

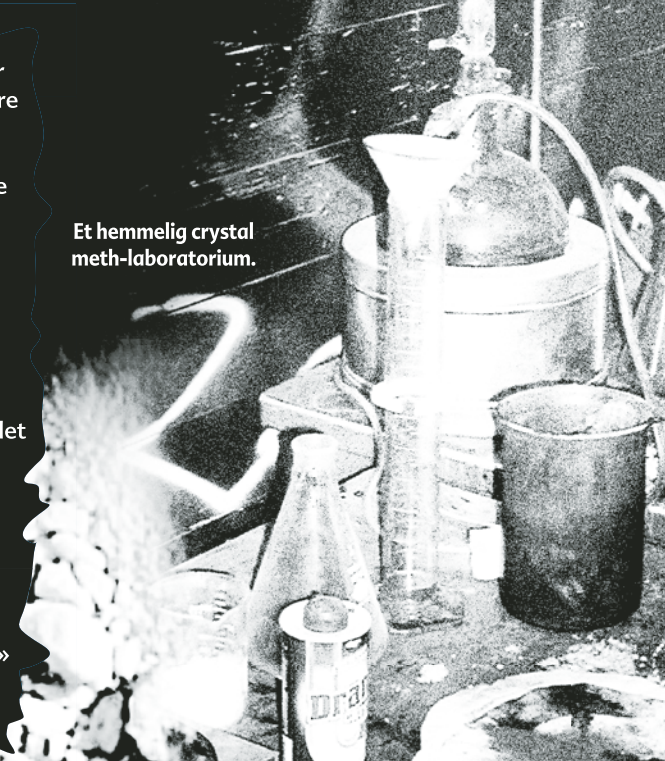
Disse farlige kjemikaliene er potensielt eksplosive, og fordi meth-fremstillere selv ofte er stoffmisbrukere og desorienterte, får de mange ganger alvorlige forbrenninger eller andre skader på kroppen, eller de blir drept når deres kjemikalier eksploderer. Slike ulykker setter andre i omliggende hjem og bygninger i fare.

De ulovlige laboratoriene skaper også mengder av giftig avfall — produksjonen av et pund metamfetamin produserer fem pund med avfall. Folk som utsettes for dette avfallsmaterialet kan bli forgiftet og syke.

Trygden var ikke nok for å betale for meth-avhengigheten og å oppfostre sønnen vår, så vi gjorde vår leide bolig om til en meth-lab. Vi lagret giftige kjemikalier i kjøleskapet vårt uten å vite at giftstoffene ville trenge inn i maten som befant seg der.

Da jeg gav vår tre år gamle sønn noe ost å spise, var jeg ikke klar over at jeg gav ham forgiftet mat. Jeg var for høy på meth til å legge merke til det før det var gått 12 timer, og sønnen min var dødelig syk. Men da var jeg så stein at det tok meg to timer å finne ut hvordan jeg skulle få ham til sykehuset 8 kilometer unna. **DA JEG ENDELIG KOM TIL AKUTTEN BLE SØNNEN MIN ERKLÆRT DØD;** dødsårsaken var ammoniakkforgiftning — et av de kjemiske stoffene brukt til å lage meth.»

Et hemmelig crystal meth-laboratorium.



EN VERDENSOMSPENNENDE AVHENGIGHETSEPIDEMI

FNs kontor for stoff og kriminalitet estimerte den globale produksjonen av typer amfetaminstimulanter, som inkluderer metamfetamin, til 500 tonn per år. Mer enn 24,7 millioner mennesker misbruker det.

Amerikanske myndigheter rapporterte i 2008 at mer enn 13 millioner mennesker over 12 år hadde prøvd metamfetamin. Og 529 000 av disse bruker stoffet regelmessig.

I USA er prosenten for innleggelse for avvenning på grunn av metamfetamin- og amfetaminmisbruk tredoblet fra 3 % i 1996 til 9 % i 2006.

Stoffet misbrukes mye i Tsjekkia. Det kalles Pervitin og lages i små skjulte laboratorier og i et noen større. Det forbrukes hovedsakelig på hjemmebane, men Pervitin blir også eksportert til andre deler av Europa og Canada. Tsjekkia, Sverige, Finland, Slovakia og Latvia rapporterte at amfetaminer og metamfetaminer var grunnen for mellom 20 % og 60 % av dem som søkte behandling for stoffmisbruk.

Norge er antakelig et av de største markedene for metamfetamin i Europa, skal man dømme etter beslagenes størrelse og

antall. Det meste av meth kommer fra Russland, Polen og Litauen.

Antall meth-beslag i Norge ble tredoblet fra 392 i 2001 til 1139 i 2006.

I Sørøst-Asia er den mest alminnelige formen for metamfetamin en liten pille — kalt en «Yaba» i Thailand og en «Shabu» på Filippinene.

De giftige ingrediensene i meth kan medføre alvorlig tannråte, kjent som «meth-munn». Tennene blir svarte, flekkete, og de råtner ofte i en slik grad at de må trekkes ut. Tennene og gummene ødelegges innenfra, og røttene råtner bort.



METHS DØDELIGE VIRKNINGER

De kortsiktige og de langsiktige virkningene på individet

Når man har fått i seg metamfetamin eller crystal meth skaper det en falsk følelse av velvære og energi, og derfor vil en person presse kroppen sin hurtigere og lengre enn hva den er ment å tåle. Dermed kan misbrukeren oppleve et alvorlig «krasj» eller et fysisk og mentalt sammenbrudd etter at stoffets virkning avtar.

Siden den vedvarende bruken av stoffet minsker den naturlige sultfølelsen, kan brukere gå ekstremt ned i vekt. Negative virkninger kan også omfatte forstyrrede søvn mønstre, hyperaktivitet, kvalme, vrangforestillinger om makt, økt aggressivitet og irritabilitet.

Andre alvorlige virkninger kan være:



1979



1989



1991



2001



1998



2004

Den hellige siden til crystal meth vises på de arrete og for tidlig gamle ansiktene til de som misbruker det.

søvnløshet, forvirring, hallusinasjoner, angst, paranoia* og økt aggressivitet. I noen tilfeller kan bruken forårsake kramper som kan lede til døden.

Langsiktige skadevirkninger

På lengre sikt kan bruken av meth forårsake skader som ikke kan rettes opp. Økt puls og blodtrykk, ødelagte blodkar i hjernen som kan forårsake slag eller uregelmessige hjerteslag og som i sin tur kan gi kollaps av hjerte- og karsystemet eller føre til døden. Det kan også forårsake lever-, nyre- og lungeskader.

Det finnes sterke tegn på at brukere kan få hjerneskader, inklusive redusert hukommelse og en minsket evne til å forstå abstrakte tanker. De som kommer seg, er ofte utsatt for hull i hukommelsen og ekstreme humørsvingninger.

* paranoia: mistenksomhet, mistro eller frykt for andre mennesker.

‡ Alzheimers: en sykdom som rammer noen eldre mennesker, den ledsages av hukommelsestap.

METH-SKADER

KORTIDSVIRKNINGER

- Tap av appetitt
 - Økt puls, blodtrykk, kroppstemperatur
 - Utvidelse av pupillene
 - Forstyrrede søvn mønstre
 - Kvalme
 - Bisarr, uforståelig, og av og til voldelig oppførsel
 - Hallusinasjoner, sterk uro, irritabilitet
 - Panikk og psykoser
 - Store doser kan føre til kramper, anfall og døden
- ## Langtidsvirkninger
- Uopprettelig skade på hjertets og hjernens blodkar, høyt blodtrykk som leder til hjerteinfarkt, slag og døden

- Lever-, nyre- og lungeskader
- Ødeleggelse av vevet i nesen om det sniffes
- Pustevansker om det røykes
- Infeksjonssykdommer og byller når det injiseres
- Feilernæring, vekttap
- Alvorlig forfall av tennene
- Desorientering, apati, forvirret utmattelse
- Sterk psykisk avhengighet
- Psykose
- Depresjon
- Skader på hjernen som likner på Alzheimers sykdom[‡], slag, epilepsi

HVORDAN METAMFETAMIN PÅVIRKER FOLKS LIV

Når folk tar metamfetamin, tar det over deres liv i varierende grad. Det finnes tre grader av misbruk.

LAVINTENSITETS- METH-MISBRUK:

Lavintensitetsmisbrukere svelger eller sniffer metamfetamin. De ønsker den ekstra stimulansen metamfetamin gir så de kan være våkne lenge nok til å fullføre en oppgave eller en jobb, eller de vil ha den appetitthemmende virkningen for å gå ned i vekt. De er ett trinn unna fra å bli «binge» (betyr ukontrollert bruk av et stoff) misbrukere.

BINGE-METH-MISBRUK:

Binge-misbrukere røyker eller injiserer metamfetamin. Dette gir dem en mer intens

dose av stoffet og de opplever et sterkere «rush» som er psykologisk avhengighetsskapende. De er på nippet til å gå over til å få et høyintensitetsmisbruk.

HØYINTENSITETS-METH-MISBRUK:

Høyintensitetsmisbrukeren er de avhengige som ofte kalles for «speed freakere». Hele deres eksistens fokuserer på å unngå krasjet, den vonde nedturen som følger rusen av stoffet. For å oppnå det ønskede «rushet» fra stoffet må de ta mer og mer av det. Men som med andre stoff blir hvert etterfølgende «high» mindre enn det foregående, det tvinger meth-misbrukeren inn i en mørk og dødelig spiral av avhengighet.



METH- «OPPLEVELSENS» STADIER

1 Rushet — Et rush er første responsen misbrukeren føler når han røyker eller injiserer metamfetamin. Under rushet slår hjertet til misbrukeren fort, og metabolismen*, blodtrykket og pulsen går opp. Ulikt rushet som forbindes med crack-kokain, som varer omtrent 2-5 minutter, varer metamfetaminrushet opptil 30 minutter.

2 Å være høy — Rushet følges av å være høy, på engelsk noen ganger kalt «the shoulder» (skulderen). Mens han er høy føler misbrukeren seg ofte uforskammet smart og blir argumenterende, avbryter ofte folk og fullfører setningene for dem. Virkningen kan resultere i at brukeren blir intenst fokusert på en ordinær eller betydningsløs ting som for eksempel gjentatte ganger å vaske det samme vinduet i flere timer. Det å være høy kan vare 4-16 timer.

* metabolisme: prosessene i kroppen som omdanner mat til energi.

3 Binge — Binge er en ukontrollert bruk av et stoff eller alkohol. Det refererer til misbrukerens trang til å opprettholde den høye tilstanden ved å røyke eller injisere mer metamfetamin. «Binge» kan vare i 3–15 dager. Under denne perioden blir misbrukeren hyperaktiv både mentalt og fysisk. Hver gang misbrukeren røyker eller injiserer mer av stoffet opplever han et nytt, men mindre rush, inntil det til slutt ikke er noe rush og han heller ikke blir høy.

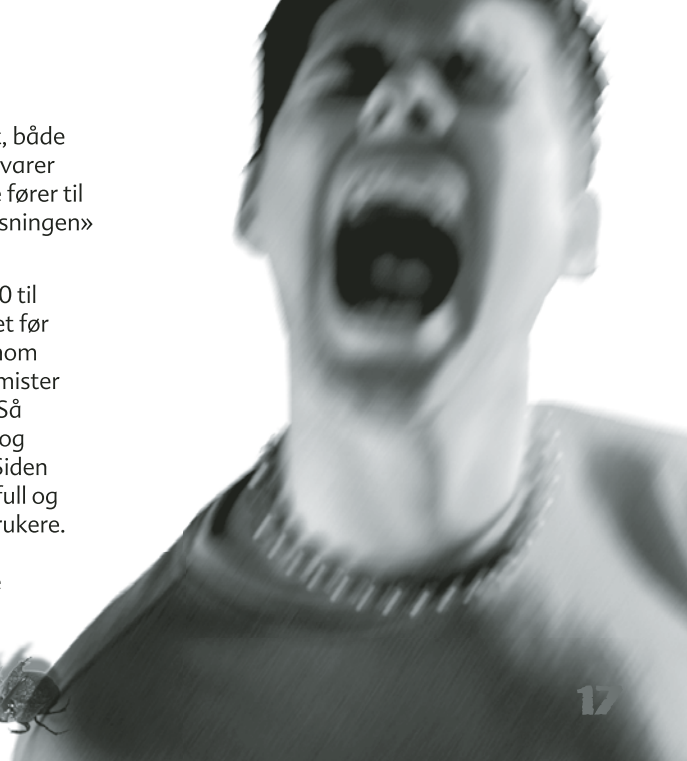
4 Tweaking — En metamfetaminmisbruker er på sitt mest farlige når han er i fasen i avhengigheten som kalles «tweaking» — en tilstand som nås ved slutten av stoff-«binge» når metamfetaminet ikke lenger gir noe rush eller at man blir høy. Ute av stand til å lette de forferdelige følelsene av tomhet og trang, kan en misbruker miste sin identitetsfølelse.

Intens kløe er vanlig og brukeren kan være overbevist om at insekter kryper under huden hans. Ute av stand til å sove i dagevis, er ofte misbrukeren i en fullstendig psykotisk tilstand og lever i sin egen verden. Han hører og ser ting som ingen andre kan oppfatte. Hans hallusinasjoner er så livaktige at de virker virkelige og koblet fra realitetene, han kan bli fiendtlig og farlig for seg selv og andre. Muligheten for å skade seg selv er stor.

5 Krasjet — For en «binge»-misbruker skjer krasjet når kroppen kollapser fordi den er ute av stand til å hamle opp med virkningen av stoffet som sirkulerer i den. Resultatet blir en lang periode med søvn for personen. Selv den verste og mest voldelige misbrukeren blir nesten livløs under krasjet og utgjør ingen trussel for noen. Krasjet kan vare en til tre dager.

6 Meth-bakrus — Etter krasjet er misbrukeren i en dårlig tilstand, utsultet, dehydrert og totalt utmattet, både mentalt og emosjonelt. Dette stadiet varer vanligvis mellom 2 og 14 dager. Dette fører til påtvunget avhengighet, ettersom «løsningen» for disse følelsene er å ta mer meth.

7 Abstinenser — Ofte kan det gå 30 til 90 dager etter siste bruk av stoffet før brukeren blir klar over at han går gjennom abstinensen. Først blir han deprimert, mister energien og evnen til å oppleve glede. Så slår trangen til mer metamfetamin til, og misbrukeren blir ofte selvmorderiske. Siden meth-abstinensen er ekstremt smertefull og anstrengende, sprekker de fleste misbrukere. Således er det 93 % av de i tradisjonell behandling som begynner å misbruke metamfetamin igjen.



HISTORIEN OM METAMFETAMIN

Metamfetamin er ikke et nytt stoff, selv om det i de siste årene har blitt kraftigere etter hvert som produksjonsteknikkene har utviklet seg.

Amfetamin ble første gang laget i 1887 i Tyskland, og metamfetamin, som er kraftigere og lettere å fremstille, ble utviklet i Japan i 1919. Det krystallinske pulveret var vannløselig, en perfekt kandidat for injisering.

Metamfetamin ble omfattende brukt under annen verdenskrig, hvor begge sider benyttet det til å holde troppene våkne. Høye doser ble gitt til japanske selvmordspiloter før de dro på sine selvmordsmisjoner og etter krigen

nådde intravenøst metamfetamin-misbruk epidemiske proporsjoner da lagrene for det militære ble tilgjengelig for den japanske offentligheten.

På femtitallet ble metamfetamin foreskrevet som et slankemiddel og til å bekjempe depresjon. Det var lett å få tak i og ble brukt som stimulans i ikke-medisinsk øyemed av studenter, lastebilsjåfører og idrettsmenn — misbruket av stoffet spredde seg.

Dette mønsteret endret seg drastisk på 1960-tallet med den økte tilgjengeligheten av det injiserbare metamfetaminet, noe som økte misbruket. I 1970 kriminaliserte

den amerikanske regjeringen de fleste bruksområder. Etter dette kontrollerte amerikanske motorsykelbander det meste av produksjonen og distribusjonen av stoffet. De fleste brukere på den tiden bodde i landlige strøk og hadde ikke råd til den mer kostbare kokainen.

På nittitallet satte meksikanske narkotikaorganisasjoner opp store laboratorier i California. Mens disse store laboratoriene er i stand til å lage 25 kilo av stoffet på en helg, har det i tillegg dukket opp en rekke mindre, private laboratorier i kjøkkener og leiligheter. Et av gatenavnene på stoffet, «stove top» (komfyrtopp), har sin opprinnelse fra dette. Derfra spredde det seg i USA og til Europa, hele veien til Tsjekkia. I dag er det meste av stoffet i Asia produsert i Thailand, Myanmar og Kina.

Selvmondspiloter fikk metamfetamin for å holde seg i gang under selvmordsmisjoner.



Sannheten om stoff

Stoff er grunnleggende sett gift. Hvor mye som tas avgjør virkningen.

En liten mengde virker stimulerende (øker aktivitet). En større mengde virker som et beroligende middel (undertrykker aktivitet). En enda større mengde virker som en gift og kan ta livet av en.

Dette er sant for ethvert stoff. Bare mengden som trengs for å oppnå den ønskede virkningen varierer.

Men mange stoff har enda en ulempe: de påvirker sinnet direkte. Dette kan forvrengte brukerens oppfatning av hva som skjer rundt ham. Som et

resultat kan en persons handlinger virke merkelige, ufornuftige, upassende og til og med destruktive.

Stoff avskjærer alle følelser, de ønskelige så vel som de uønskede. Så, mens det gir hjelp med lettelse av smerte for en kort tid, utsletter det evne, årvåkenhet og gjør ens evne til å tenke uklar.

Medisiner er stoff som har til hensikt å øke eller senke hastigheten, eller forandre noe med hvordan kroppen din virker og få den til å fungere bedre. Noen ganger er de nødvendige. Men de er fortsatt stoff: De fungerer som stimulans eller beroligende, og for mye kan ta livet av deg. Så om du ikke bruker medisiner slik de er ment å brukes, kan de være like farlige som illegale stoff.

**Det virkelige svaret er
å få faktaene og ikke ta
stoff i første omgang.**



HVORFOR BRUKER FOLK STOFF?

Folk bruker stoff fordi de ønsker å endre noe i sine liv.

Her er noen av grunnene unge mennesker har oppgitt for å ta stoff:

- For å passe inn
- For å slippe vekk eller slappe av
- For å ikke kjede seg
- For å se voksne ut
- For å gjøre opprør
- For å eksperimentere

De tror stoff er en løsning. Men med tiden blir stoffet til problemet.

Skjønt det kan være vanskelig å se ens problemer i øynene, er følgene av å bruke stoff alltid verre enn det problemet man prøver å løse med dem. Det virkelige svaret er å få faktaene og ikke ta stoff i første omgang.



REFERANSER

European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction, Statistical Bulletin 2008

Interpol report on Methamphetamine, 27. september 2005

«Methamphetamine Facts and Figures», Office of National Drug Control Policy, 2008

Narconon International information on methamphetamine, www.narconon.org

Newsweek, «The Meth Epidemic: Inside America's New Drug Crisis», 8. august 2005

2007 National Report (2006 data) to the European Monitoring Centre for Drugs & Drug Addiction, Norway

«County knocks meth use», 9. juli 2008, SignonSanDiego.com

Substance Abuse and Mental Health Services Administration news release, 15. februar 2008

United Nations Office of Drugs and Crime report on Methamphetamine, 1998

Youth Risk Behavior Surveillance System 2007 study, Centers for Disease Control and Prevention

U.S. Drug Enforcement Administration report on Methamphetamine, oktober 2005

U.S. National Institute on Drug Abuse report on Methamphetamine, mai 2005

United Nations Office on Drugs and Crime World Drug Report 2008

«National Methamphetamine Threat Assessment 2008», National Drug Intelligence Center, U.S. Department of Justice

BILDER:

Side 2: Corbis; side 3: istock.com/Lou Oats; side 5: Faces of Meth; side 6: DEA/nederst høyre: crystal meth; side 12: Courtesy Attorney General's Office, Taswell County, Illinois/ høyre: meth user 1998–2004.

Millioner av hefter som dette er blitt delt ut på 22 språk verden over. Når det kommer nye stoff på gaten, og mer informasjon om deres virkninger blir kjent, blir heftene oppdatert og det blir lagd nye.

Heftene blir utgitt av Foundation for a Drug- Free World (Stiftelsen for en stofffri verden), en ikke-religiøs allmenntilgjengelig organisasjon med hovedkontor i Los Angeles, California.

Foreningen fremstiller undervisningsmaterialer og gir råd og koordinerer et internasjonalt nettverk til forebygging av stoff. Nettverket arbeider med unge, foreldre, lærere, frivillige organisasjoner og offentlige myndigheter – enhver med interesse i å hjelpe mennesker til et liv uten stoffmisbruk.

VIKTIGE FAKTA

Dette hefte er et i en hel serie av hefter, som inneholder fakta om marihuana, alkohol, ecstasy, kokain, crack-kokain, crystal meth og metamfetaminer, sniftestoffer, heroin, LSD og misbruk av reseptpliktige legemidler. Ved bruk av denne informasjonen kan leseren beslutte seg til å leve et liv uten stoff.

For ytterligere informasjon eller flere eksemplarer av dette eller andre hefter i denne serien, kontakt:



Internasjonal adresse:

Foundation for a Drug-Free World
1626 North Wilcox Avenue, #1297
Los Angeles, CA 90028, USA

drugfreeworld.org
info@drugfreeworld.org
(001) 818 9525260

Adresse i Norge:

Si nei til stoff, si ja til livet
Postboks 156 Grefsen
0409 Oslo
neitilstoff.org
info@neitilstoff.org