

SANNHETEN OM RITALIN- MISBRUK

R-ball
Rids
Smarties

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 Ritalin?

Ritalin er det vanlige navnet for *metylphenidat*, klassifisert som et klasse 2 narkotikum av Drug Enforcement Administration, den samme klassifiseringen som kokain, morfin og amfetamin*. I USA misbrukes det i stor stil av tenåringer for å oppnå en stimulerende virkning, også i Norge har det vært dokumenterte tilfeller av misbruk.

Selv når Ritalin blir brukt som reseptpliktig medisin kan det ha alvorlige bivirkninger, bl.a. søvnløshet, spiseforstyrrelser, pulsendringer, hjerteproblemer, vekttap. Produsentene sier selv at det er et vanedannende stoff.

I juni 2005 utstedte U.S. Food and Drug Administration (tilsvarer legemiddelverket) en veiledning med advarsler om at bruk av Ritalin og lignende midler kan forårsake

synshallusinasjoner, selvmordstanker, psykotisk oppførsel, såvel som aggressivitet og voldelig oppførsel.

En forfatter beskrev det på denne måten: «Foreldrene blir aldri fortalt at: 'Å, forresten ... noen ganger dør et barn av å ta sin reseptbelagte medisin, eller forresten, barn på stimulerende medisiner har dobbelt så stor risiko for å bli stoffmisbrukere, eller ... å ja, en tredjedel av alle barn på denne typen medisin utvikler symptomer på tvangsmessig oppførsel innen det første året.»



* amfetamin: Et stoff som stimulerer sentralnervesystemet, ofte kalt «speed».

Hvor finner man det?

Desverre kan man finne Ritalin og andre lignende stoff brukt mot «hyperaktivitet» nesten overalt. Hvis man går på videregående, høyskole eller annen

skolegang, er det alt for lett tilgang til stoffet som tilbys av folk som kun er interessert i å tjene noen raske penger.

I noen skoler er så mange som 20 % av elevene på stoffet regelmessig.

Drug Enforcement Administration fant at mange av disse skolene hadde mer av disse stoff enn apoteker i nabolaget.

I Danmark har bruken av Ritalin i løpet av de siste 8 årene steget med mer enn 900 %, og brukes til behandling

av hyperaktivitet, også kalt ADHD. Det til tross for at ADHD ikke er offisielt anerkjent som en «forstyrrelse» eller lidelse i Danmark. Også i Norge er diagnosen svært omstridt, men Ritalin «langer» likevel over en lav sko.

I USA er bruken av stoffet enda mer vanlig. Det er alt for lett for en «venn» å ta noen av sin lillebrors reseptbelagte piller og gå og selge dem for 5 dollar (ca. 30 kr.) stykket. Eller for en student, som trenger en rask fix, å fortelle skolesøster at han har «innlæringsvanskeligheter» og ikke kan «konsentrere» seg. Han får pillene på resept, tar vare på dem til senere bruk og deler dem ut til sine venner.

Selv om den amerikanske lovgivningen forbyr ukontrollert utlevering av disse sterke stimulansene*, er den leie sannheten at disse stoffene er tilgjengelige nesten overalt. Barnekokain, som det blir kalt, deles ut som sukkertøy.

* stimulans: et stoff som øyeblikkelig forøker energien og årvåkenheten, men som også er ledsaget av en økning av blodtrykk, puls og åndedrettet.



Symptomene på
å være nær en
overdose setter inn.
Personen blir veldig
oppgiret, overordentlig
følsom, veldig årvåken,
med veldig intense
humørsvingninger.
Det er sinnssykt.»
— Jake



Hvordan ritalinmisbruk starter

Det virker så enkelt i begynnelsen. En elev henger litt etter med studiene sine. En eksamen nærmer seg, og han skal forberede seg. Han blir nødt til å bli lenge oppe for overhodet å ha en sjanse for å klare eksamen. Kaffe gjør ham nervøs, men mange av hans venner bruker disse pillene til å få den ekstra energien de behøver. Så, hvorfor ikke? Få kroner; en pille; en hel natts studie; en følelse av «fokus.»

Det begynner kanskje på den måten men det er ikke ofte det slutter på den måten.

Noen studenter kutter opp Ritalin og sniffer det som kokain for at det skal absorberes bedre. «Det holder deg våken i mange timer», sa en.

Og som kokain eller andre stimulanser blir den deilige «oppturen» uunngåelig fulgt av en «nedtur», en følelse av ekstrem trøtthet, depresjon og nedsatt årvåkenhet. En student på Adderall, en annen stimulans som misbrukes mye på universitetsområder, fortalte at følelsen av «fullstendig klarsyn» blir endret til at man føler seg «knust og oppbrukt» neste dag. Som en bruker beskrev det: «Etterpå er jeg som regel fullstendig knust, som i koma.»

Og selvfølgelig finner brukeren ut av, at følelsen av å være «helt knust» kan dempes ved «hjelp» av en annen pille som får en opp igjen. Og slik fortsetter det.

Det neste blir at man tar en høyere dose eller sniffer stoffet for å få et større rush. Toleransen øker, så man må ha mer. I disse store mengdene kan Ritalin forårsake spasmer, hodepine og hallusinasjoner. Det sterke amfetaminlignende stoffet kan til og med medføre døden, slik som de tragiske eksemplene med barn som har dødd av hjerteattakk forårsaket av skader som hadde forbindelse med dette stoffet.

Første gang jeg prøvde Ritalin, gikk jeg i 7. klasse. Det ble foreskrevet til meg da de trodde jeg hadde ADD [engelsk Attention Deficit Disorder]. Jeg lot som om jeg hadde det og brukte det som unnskyldning for ikke å klare meg godt på skolen (jeg var bare lat). Jeg oppdaget aldri at jeg langsomt ble avhengig og deretter egentlig ikke var annerledes enn andre stoffmisbrukere.

Jeg tok ca. 40 mg. daglig og følte meg helt på topp. Jeg kunne være våken flere dager i strekk inntil det punktet hvor jeg fikk en voldsom psykose. Det var forferdelig! Alt så ut til å smelte og forandre form, og jeg var vettskremt.» — Andrea

Hvordan ser Ritalin ut?

Og andre fakta



Ritalin fås i små piller av omtrent samme størrelse og form som aspirinpiller, med fabrikantens navn «Ciba» inngravert på pillen. 5 mg. pillene er svakt gule, 10 mg. pillene er svakt grønne, 20 mg. pillene er både hvite og svakt gule.

De blir beskrevet som en stimulans for sentralnervesystemet. Imidlertid innrømmer selv fabrikanten i innlegget i pakken, at ingen i virkeligheten vet virkningen på menneskekroppen. «Man vet ikke fullt ut hvordan det virker på menneskekroppen ...»

Misbrukere kverner pillene til pulver og sniffer det.

Stoffet er vannoppløselig, det gjør det lett å gjøre det om til en væske som så kan injiseres.

Som den amerikanske Drug Enforcement Administration bemerker: «De eneste tilgjengelige formene for metylfenidat som kan misbrukes er utledet av de farmasøytiske produktene som fås via lovlige kanaler.» Med andre ord kommer enhver pille av stoffet som blir misbrukt opprinnelig fra

fabrikanten — enten i sin opprinnelige form eller kvernet til pulver eller oppløst i vann. Intet av det fremstilles på gaten.



Nå har jeg bygd opp toleransen min, så jeg må ha to til tre 20 mg. piller for å bli høy. Jeg har oppdaget at jeg har blitt avhengig ... Jeg har blitt gal eller som en zombi.» — Alex



Gatenavn

A man with dark hair, wearing a dark shirt, is looking down at a large pile of candy canes in the foreground. The background is a blurred city street at night with car lights and streetlights, creating a bokeh effect. The overall color palette is dominated by warm, golden-yellow and orange tones.

Ritalin har mange forskjellige navn, når det blir solgt på gata. Blant annet:

- Bengrita
- Rita
- Rities
- Diet Coke
- Barnekokain
- Kiddie Coke
- Vitamin R
- R-ball
- Fattigmannskokain
- Rids
- Skittles
- Smarties

Fattigmanns kokain

Ritalin er lett å få tak i og er billig i USA. Kanskje får man pillene fra noen som får det på resept; stjeler dem fra søsken; skaffer dem med en falsk resept, disse pillene blir solgt vidt og bredt. Prisen varierer fra en til to dollar i skolene til 20 dollar på svartebørsen i USA.

Å sammenligne Ritalin med kokain er ikke bare en skremselstaktikk. Ritalin kan kjemisk sammenlignes med kokain. Når man injiserer det som væske, gir det det «suset», som misbrukere konstant hungrer etter.

Drug Enforcement Administration sendte i 2000 ut resultatene fra en undersøkelse, som ble foretatt på både dyr og mennesker som fikk Ritalin og kokain. Forsøkspersonene kunne ikke merke noen forskjell på de to stoffene. Det fikk Drug Enforcement Administration til å konkludere: «Virkningen de to stoffene fremkaller er nesten identisk.»

Forsøkspersoner, som ble gitt kokain og Ritalin, kunne ikke merke noen forskjell på de to stoffene.



Omfanget av ritalinmisbruk

Misbruket av reseptbelagt medisin slik som Ritalin er
stigende.

I 2006 hadde nesten 7 millioner amerikanere misbrukt reseptpliktig medisin som Ritalin – mer enn antallet som brukte kokain, heroin, hallusinogener, ecstasy og sniffing til sammen. I 2007 sa 3,8 % av en gruppe 10. klasse-elever at de hadde tatt Ritalin uten resept minst én gang innenfor det siste året.

En viktig faktor som har bidratt til misbruket, er den enorme kningen i antallet av utskrevne resepter for Ritalin og andre stimulanter.

I USA er antall resepter for stimulanter steget fra omkring 5 millioner i 1991 til nesten 35 millioner i 2007.

Trends in the Prescribing of Psychotropic Medications to Preschoolers

g May Be
for Ritalin

DEA takes action to stop advertising:
ADHD drug use rises

Hyper-Drugging
of Active Kids

Back to school
for ADHD drugs

Metylfenidat (Ritalin) er tilgjengelig i alle EU-land under ulike navn, inkludert Concerta, Equasym, Medikinet and Rubifen.

I 2004 var antall legevaktbesøk hvor metylfenidat (Ritalin) var innblandet anslått til 3 600, sammenlignet med 271 besøk i 1990. Mellom 1990 og 2000 ble 186 dødsfall forbundet med Ritalin i USA. Risikoen er størst for dem som sniffer store mengder av stoffet.

Siden 1995 har stoffet stått på det Amerikanske narkotikapolitiets liste over de «oftest stjalne» medikamenter.

**I 2004 kom
13 ganger
så mange
Ritalinmisbrukere
til legevakter
enn i 1990.**

1990

Legevaktbesøk hvor
Ritalin er innblandet

2004

Skadestuebesøk,
hvor Ritalin er
implisert

Jeg endte med å ta
en mengde sterkere
amfetaminer som raskt
overvant meg, og jeg
vet ikke om jeg hadde
blitt interessert i dem
hvis jeg ikke hadde
begynt å bruke Ritalin.»
— Andy



De farlige bivirkningene av reseptpliktige stimulanter

Denne amfetaminlignende substansen har de samme virkningene på kroppen som andre former for speed — ingen appetitt, søvnløshet, økt puls. Misbruk av dette stoffet i større doser, spesielt gjennom injeksjon eller sniffing — belaster kroppen i enda høyere grad. Belastningen på hjertet kan være dødelig.

Ta eksemplet med en tenåring som hadde brukt Ritalin i lengre tid, og som kollapset en dag da han stod på skøyter. Død på grunn av hjerteattakk.

Injeksjon av Ritalin har en annen uhyggelig virkning på kroppen. Det aktive kjemiske stoffet, metylfenidat, oppløses fullstendig i vann, men pillene inneholder også små partikler av ikke løsbart fyllstoff. Disse stoffene kan blokkere de små blodkarene når de blir innsprøytet i

blodstrømmen, og kan forårsake alvorlige skader på lunger og øyne.

Utover den fysiske påvirkningen kan selv kortvarig bruk av dette stoffet også forårsake alvorlige følelsesmessige problemer. Hallusinasjoner og psykotisk oppførsel er ikke uvanlig.

En forsker i Texas fant ut at ritalinbruk kunne settes i forbindelse med en økt risiko for kreft. Denne undersøkelsen slo fast at et av tolv barn som var blitt behandlet med Ritalin, opplevde genetiske abnormiteter, som kunne settes i forbindelse med en økt risiko for kreft.

KORTTIDSVIRKNINGER

- Ingen appetitt
- Økt puls, høyere blodtrykk og kroppstemperatur
- Utvidete pupiller
- Urolig søvn
- Kvalme
- Merkelig, uberegnelig, til tider voldelig oppførsel
- Hallusinasjoner, blir meget lett opphisset og irritabel
- Panikkanfall og psykoser.
- Overdoser kan føre til kramper, slaganfall og død

LANGTIDSVIRKNINGER

- Uopprettelige skader på hjertets og hjernens blodårer, høyt blodtrykk som fører til hjerteanfall, slag og død
- Lever-, nyre- og lungeskader
- Hvis det sniffes kan man skade vevet i nesen.
- Ved røyking kan det gi pustevansker
- Infeksjonssykdommer og byller, hvis det injiseres.
- Underernæring, vekttap
- Tap av orienteringsevnen, apati, forvirret utmattelse.

- Sterk psykologisk avhengighet
- Psykoser
- Depresjoner
- Hjerneskader tilsvarende Alzheimer, slag og epilepsi



Ritalin fører til andre stoff

I en rapport fra Drug Enforcement Administration ble det beskrevet at av folk som hadde brukt Ritalin og lignende stoff «brukte en høyere prosentdel senere i sitt liv kokain.»

Fordi en toleranse bygges opp kan misbruket av Ritalin lede misbrukere til å ta sterkere stoff for å oppnå den samme virkningen. Når virkningene blir svakere kan personen begynne å ta sterkere stoff for å bli kvitt de uønskede tilstandene i livet sitt, som i første omgang fikk ham til å ta stoffet.

KURTS HISTORIE: Rock-legenden Kurt Cobain startet på Ritalin i en alder av 7 år. Hans egen mening var, at stoffet førte til hans misbruk av sterkere stoff. Han begikk selvmord ved å skyte seg selv i 1994. Cobains enke Courtney Love fikk også Ritalin som barn. Hun uttrykte det på denne måten: «Når du er barn og du får et stoff, som gir deg denne [euforiske] følelsen, hva kommer du ellers til å søke etter når du blir voksen?»



Ritalin i seg selv leder ikke personen til andre stoff: Folk tar stoff for å bli kvitt uønskede tilstander eller følelser. Stoffet skjuler problemet for en stund (mens brukeren er høy). Når følelsen av å være «høy» forsvinner, vender problemet, den uønskede tilstanden eller situasjonen tilbake sterkere enn før. Og så kan misbrukeren risikere å vende seg mot sterkere stoff, da «Ritalin nå ikke virker lenger.»

En undersøkelse av 500 studenter over en periode på 25 år viste at de personene som brukte Ritalin og lignende stoff var mer tilbøyelige til å bruke kokain og andre stimulanser senere i livet.

Ifølge en undersøkelse i 2005 var tenåringer som misbrukte stimulanser og annen reseptbelagt medisin 12 ganger mer tilbøyelige til å bruke heroin, 14 ganger mer tilbøyelige til å bruke ecstasy og 21 ganger mer tilbøyelige til å bruke kokain, sammenlignet med tenåringer som ikke misbruker disse stoff.

Alminnelige «gode grunner» (ga ikke i fellen):

Det finnes mange «gode grunner» til å ta dette sterke stoffet. Se dem som det de virkelig er – falske!

- **Alle bruker det.**
- **Det er kun til studiebruk.**
- **Min bror tar det for læreavanser, så det kan vel ikke være så ille.**
- **Man blir ikke avhengig.**
- **Du kan kontrollere det.**
Du behøver ikke å bruke det igjen hvis du ikke har lyst.
- **La ikke andre – som foregir å være dine venner – lokke deg i fellen.**

Ritalin dreper

Store doser Ritalin gir symptomer som minner om symptomene fra misbruk av andre stimulerende stoff, som skjelving og muskelspasmer, paranoia*, en følelse av insekter og mark som kravler under huden.

Det er historien om 17-åringen som etter å ha sniffet knuste Ritalinpiller og vært oppe i flere dager, ble psykotisk, drepte foreldrene sine og skadet broren sin kraftig med en øks.

MATTHEWS HISTORIE:

Matthew var en tenåring som hadde vært på Ritalin i 7 år. Han døde plutselig i mars 2000. Selv om han ikke tidligere hadde hatt hjerteproblemer, viste obduksjonen klare tegn på skader i de små blodårene. Hans forvirrede foreldre ble fortalt av en av legene som undersøkte ham at en fullvoksen manns hjerte veier omkring 350 gram. Matthews hjerte veide 402 gram. I hans dødsattest stod det: «Døden skyldes lang tids bruk av metylfenidat (Ritalin).»



19
* paranoia: Mistenksomhet, mistro eller frykt for andre mennesker.

Og så var det 14-åringen som hadde brukt Ritalin siden han var 7 som slo i hjel en annen gutt med et balltre.

Ritalin kan forårsake aggresjon, psykose og en uregelmessig hjerterytme og føre til døden.

DET ER ULOVLIG Å MISBRUKE DET

I USA er Ritalin underlagt streng kontroll og misbruk straffes alvorlig. Straffen for den første forseelsen (som du ville være skyldig i selv om du bare delte en eller to piller med en venn) er 5–20 år i fengsel og en bot opp til 1 million dollar.

Hvis død eller alvorlig skade er resultatet av den første overtredelsen, er straffen fra 20 år og opp til livstid i fengsel. Hvis stoffet blir injisert blir det en misbruksforseelse i Klasse A, med enda strengere straff.

Jeg kan se nå at min interesse for og deretter avhengighet av speed, begynte da jeg fikk ordinert Ritalin. Først var det hver weekend, så var det hver dag.

Jeg startet med å få hallusinasjoner av fugler som fløy over hodet mitt, fikk så følelsen av at det var andre folk i samme rom som jeg når jeg var alene, og jeg begynte å få paranoia. Jeg brukte opp all [min venns] ordinerte Dexedrine innenfor en uke. Og så gikk jeg tilbake til Ritalin og fortsatte derfra.

Jeg husker ikke mye av 9. klasse. Men jeg husker en overveldende depresjon og en manglende evne til å forstå hva som var den nøyaktige grunnen grunn til at det gikk dårligere med meg på skolen enn noensinne før. Jeg bestod knapt nok, og la absolutt ingen planer for min videregående utdanning.

I siste øyeblikk kom jeg inn på Videregående. Jeg var i stand til å holde meg fra stoff i ca. 17 dager før behovet for speed ble for overveldende. Jeg deltok i undervisningen i en uke, så falt jeg fra.»

— Sam

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

U.S. Drug Enforcement Administration Fact Sheet on Prescription Drug Abuse

Monitoring the Future—National Results on Adolescent Drug Use, Overview of Findings 2007, National Institute on Drug Abuse

U.S. Dept of Health & Human Services, Testimony by Nora D. Volkow, MD, before the Senate Judiciary Subcommittee on Crime and Drugs, 12 Mar 2008

Emergency Department Visits Involving ADHD Stimulant Medications, Substance Abuse and Mental Health Administration, 2006
United Nations Office on Drugs and Crime

“Millions Have Misused ADHD Stimulant Drugs, Study Says”, Shankar Vedantam, *Washington Post*, 25 Feb 2006

“NIDA InfoFacts: Stimulant ADHD Medications—Methylphenidate and Amphetamines,” National Institute on Drug Abuse

Vanderbilt University
Psychology Dept.

The Harvard Crimson Center for Substance Abuse Research

Novartis (Ritalin description)

University of Texas Medical Branch, Galveston

University of Indiana
Prevention Resource Center

Royal Canadian Mounted Police

New York University Health Center

The Family Council on Drug Awareness

European Medicines Agency

BILDER:
Side 4 og 5: istockphoto.com/Matty Symons; Side 11: Itar-Tass

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 forebyggelse 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, sniffestoffer, 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