

CHEMISCHES

MDMA (Methylen-Dioxy-Methyl-Amphetamin) gehört zur chemischen Gruppe der Phenethylamine. Es ist ein Amphetaminderivat mit empathogener (Gefühl der Nähe und Verbundenheit zu anderen Menschen), entaktogener („das Innere berührender“) und stimulierender Wirkung.

MDMA kommt häufig in kristalliner Form und in Tabletten (=Ecstasy) vor. Seltener wird es in Pulverform (z.B. auch in Kapseln gefüllt) verkauft.

Ecstasy ist die Szenebezeichnung für MDMA-haltige Tabletten. Neben bzw. statt MDMA können sie auch noch eine Reihe von anderen Amphetaminderivaten und Strecksubstanzen wie Piperazine, Research Chemicals, diverse Medikamente oder gesundheitlich besonders bedenkliche Substanzen wie PMA oder PMMA enthalten. Kristallines MDMA, sowie MDMA in Pulverform, kann ebenfalls mit anderen Substanzen gestreckt vorkommen oder überhaupt andere Substanzen enthalten. MDMA kann oral (geschluckt) oder nasal (durch die Nase gezogen) eingenommen werden. Die Wirkdauer ist abhängig von der Dosierung, der Einnahmeform und persönlichen Faktoren wie Körpergewicht, Geschlecht und vorherige Nahrungsaufnahme. Oral konsumiert, sollte die Dosierung 1,5 mg MDMA pro Kilogramm Körpergewicht bei Männern und 1,3 mg MDMA pro Kilogramm Körpergewicht bei Frauen nicht übersteigen, da sonst die negativen Effekte überwiegen. Bei nasalem Konsum sollte die Dosierung deutlich darunter liegen.

DAS GESETZ

MDMA ist im Suchtmittelgesetz erfasst. Der Erwerb, der Besitz, die Ein- und Ausfuhr, die Überlassung an und Verschaffung für andere (Weitergabe und Verkauf) sind strafbar. KonsumentInnen, die gegen das SMG verstoßen haben mit einem verpflichtenden Besuch beim Amtsarzt (in Wien: das Institut für Suchtdiagnostik) zu rechnen. Dieser kann in Folge gesundheitsbezogene Maßnahmen anordnen. Hält man sich an diese Vorgaben, kommt es zu keinem Gerichtsverfahren.

WIRKMECHANISMUS

Nach der Aufnahme in den Blutkreislauf gelangt ein Teil der Substanz ins Gehirn, wo sie in bestimmten Bereichen ihre Wirkung entfaltet. MDMA bewirkt vor allem eine vermehrte Freisetzung der Neurotransmitter Serotonin, Noradrenalin

und in geringerem Maße Dopamin. Es kommt zu einer Reduzierung des Hunger- und Durstgefühls, zu einer erhöhten Wachheit und Aufmerksamkeit, zu einer Erhöhung der Körpertemperatur und des Blutdrucks sowie zu einer Verstärkung von Gefühlen und Zuständen wie Glück und Euphorie. Wenn MDMA das Serotoninsystem nach einigen Stunden nicht mehr beeinflusst, können sich Körper- und Gefühlszustand langsam ins Gegenteil kehren: Müdigkeit, Erschöpfung, Verwirrung sowie Traurigkeit und depressive Verstimmungen können auftreten. Das menschliche Gehirn braucht nach dem MDMA Konsum bis zu vier Wochen um seinen normalen Serotonin-Spiegel wieder aufzubauen.

WIRKUNGEN

Die Wirkungen sowie die Wirkdauer sind abhängig von Dosierung, Konsumhäufigkeit, Set (Person) und Setting (Umfeld).

Etwa 20 bis 60 Minuten nachdem MDMA konsumiert wurde, machen sich erste Effekte wie Kribbeln im ganzen Körper, trockener Mund, geweitete Pupillen und ein schnellerer Herzschlag bemerkbar. Manchmal kommt es zu einem Gefühl der Beklommenheit und Übelkeit, das meist schnell wieder nachlässt. Nach einiger Zeit treten die psychischen Wirkungen von MDMA in den Vordergrund: Positive wie negative Gefühle werden stärker und klarer wahrgenommen, Hemmungen werden schwächer, emotionale Nähe und ein Gefühl der Zusammengehörigkeit mit anderen stellt sich ein. Häufig wird von Euphorie und Glücksgefühlen berichtet. Es kann zu einer Intensivierung der Körperwahrnehmung und einem stärkeren Empfinden, zum Beispiel von Musik, kommen.

NEGATIVE EFFEKTE

Grundsätzlich gilt: Je häufiger der Konsum und je höher die Dosierung desto stärker werden die unerwünschten Wirkungen, während die erwünschten abnehmen. Zu negativen Effekten kommt es vor allem bei Dosierungen über 1,5 mg pro kg Körpergewicht bei Männern – also mehr als 90 mg bei einem 60 kg schweren Mann - und bei Dosierungen von mehr als 1,3 mg pro kg Körpergewicht bei Frauen – also etwa 78 mg bei einer 60 kg schweren Frau. Ab Dosierungen in dieser Höhe treten – aufgrund einer vermehrten Aktivierung des dopaminergen Systems im Gehirn – antriebssteigernde, Speed-ähnliche Effekte in den Mittelpunkt, Klarheit und Empathie verschwinden. Durch die Unterdrückung von

Müdigkeit und Durst und auch die direkte Wirkung auf die Temperaturregulation im Gehirn, sowie durch die blutgefäßverengende Wirkung von MDMA kann es bei langem, pausenlosen Tanzen in warmer Umgebung (hohe Temperaturen im Club) zu gefährlichem Ansteigen der Körpertemperatur kommen, was in weiterer Folge zum Kollaps führen kann. Zu den negativen Effekten zählen weiters Kieferkrämpfe, Muskelzittern, Harnverhalt (Unvermögen, trotz Harndrang die Blase zu entleeren), Übelkeit, Brechreiz und erhöhter Blutdruck. Herz, Leber und Nieren werden besonders stark belastet. Es können in Einzelfällen epileptische Anfälle auftreten. Der Konsum von Ecstasy kann auch zu großer Ängstlichkeit und Orientierungsschwierigkeiten führen.

MÖGLICHE LANGZEITFOLGEN

Laut wissenschaftlichen Erkenntnissen kann der intensive und regelmäßige Konsum von MDMA zu einer Veränderung des Serotonin-Systems im Gehirn führen. Ob diese Veränderung dauerhaft sein kann, konnte bisher nicht restlos geklärt werden. Unsicherheit, Ängstlichkeit, Stimmungsschwankungen, Schlafstörungen, Erschöpfung und länger anhaltende depressive Verstimmungen können als Folge des Konsums von MDMA und der Veränderungen im Gehirn auftreten. Aufgrund der massive Ausschüttung von Serotonin und des langsamen Wiederaufbaus dieses Neurotransmitters werden bei regelmäßigem Konsum von MDMA die gewünschten Wirkungen immer geringer. Eine Dosiserhöhung führt zu noch stärkeren negativen Folgen, ohne dass sich die erwünschte Wirkung einstellt. Häufiger Konsum von MDMA kann weiters anhaltende Müdigkeit, Magenprobleme und bei Frauen eine Veränderung des Menstruationszyklus bewirken. Neben den beschriebenen körperlichen Effekten, kann es bei regelmäßigem Konsum zu einer psychischen Abhängigkeit kommen.

KONSUMIERE NIE BEI:

MDMA belastet Körper und Psyche. Bei Herzproblemen, Bluthochdruck, Blutarmut, Schilddrüsenerkrankungen, Leber- oder Nierenschädigungen, Hepatitis, Epilepsie, Diabetes und Schwangerschaft solltest du MDMA auf keinen Fall konsumieren. Bei psychischen Problemen, Unruhe oder der Einnahme von Antidepressiva solltest du auf den Konsum ebenso verzichten. Grundsätzlich gilt, wer sich körperlich oder psychisch nicht gut fühlt, sollte MDMA meiden.

RISK REDUCTION

Wenn du MDMA trotz gesundheitlicher und strafrechtlicher Risiken konsumierst, solltest du, neben den allgemeinen Richtlinien zur risk reduction (www.checkyourdrugs.at/infos/gesundheitsstipps/risikoreduzierung/), über die folgenden Punkte Bescheid wissen:

- Wenn es möglich ist, lasse deine Substanzen chemisch analysieren, damit du weißt, ob tatsächlich MDMA enthalten ist und wenn ja wieviel.
- Ecstasy Tabletten sind oft sehr hoch dosiert. Falls kein Drug Checking möglich ist solltest Du daher als erste Dosis auf keinen Fall mehr als eine Drittel Tablette nehmen.
- Lege frühestens nach 2 Stunden nach:
 - Es tauchen weltweit immer wieder Tabletten/Pulver auf, die als Ecstasy verkauft werden, jedoch z.B. statt MDMA den gesundheitlich besonders bedenklichen Wirkstoff PMA und/oder PMMA mit wesentlich späterem Wirkeintritt enthalten.
 - Manche Ecstasytabletten sind sehr hart gepresst und zersetzen sich wesentlich langsamer im Magen.
- Nimm MDMA nicht direkt nach den Mahlzeiten ein. Da MDMA die Magenschleimhaut angreift, solltest du einige Stunden zuvor allerdings leichte und gut verträgliche Speisen zu dir nehmen.
- Die Kombination von MDMA mit anderen psychoaktiven Substanzen ist gesundheitlich besonders bedenklich.
- Durch einen regelmäßigen Konsum von MDMA, sowie bei hohen Dosierungen, steigt das Risiko einer schädlichen Wirkung für das Gehirn. Halte daher lange Pausen, zumindest aber einen 4 – 6 wöchigen Abstand zwischen den einzelnen Einnahmen ein und dosiere nicht höher als 1,5 mg/kg (Männer) bzw. 1,3 mg/kg (Frauen) Körpergewicht.
- Trinke genug, aber nicht zu viel. Ca. 0,3-0,5l Flüssigkeit pro Stunde sind ein guter Richtwert. Am besten eignen sich elektrolythaltige Getränke wie z.B. gespritzter Apfelsaft oder Mineralwasser mit hohem Natriumgehalt. Zu viel zu trinken kann (lebens)gefährlich sein, es besteht das Risiko einer zu niedrige Natriumkonzentration im Blut

(Hyponatriämie). Das kann passieren, wenn man viel Flüssigkeit verliert (z.B. Ecstasykonsum + Tanzen = Viel Schwitzen) und den im Übermaß mit z.B. Leitungswasser (= nicht elektrolythaltig) auszugleichen versucht. Der Körper wird. Durch den Konsum von Ecstasy kann es gerade bei Frauen zu einer unangemessenen Ausschüttung eines Hormons (ADH/AVP) kommen, was den Effekt noch verstärken kann.

Aktuelle Substanzinfos und neue Erkenntnisse zum Thema MDMA findest du auf www.CheckYourDrugs.at

Du findest uns auch bei:
www.facebook.com/ChEckiT.Wien

Diese Informationen sind keine Anleitung oder Motivation zum Drogenkonsum! Der Erwerb, Besitz, Beförderung, Ein- und Ausfuhr, das Anbieten, Überlassen und Verschaffen von Ecstasy/MDMA unterliegen dem Suchtmittelgesetz und sind verboten. Dieser Text wurde nach bestem Wissen und Gewissen verfasst. Dennoch können Irrtümer nicht ausgeschlossen werden. checkit! übernimmt keine Haftung für Schäden, die durch irgendeine Art der Nutzung der Information dieses Textes entstehen.



© Suchthilfe Wien gGmbH 2019
Für den Inhalt verantwortlich: Grabenhofer/Schubert-Kociper

MDMA

Ecstasy