



LACHGAS



Info Booklet

Die Informationen in dieser Broschüre sind keine Aufforderung zum Drogenkonsum!

Der Gebrauch von Drogen ist stets mit Risiken verbunden, die man nur ausschließen kann, in dem man auf den Konsum gänzlich verzichtet. Entschließt du dich trotzdem zum Konsum, solltest du einige Dinge beachten, um die entstehenden Risiken zu minimieren.

Eure Drogerie

DROGERIE

Drogenaufklärung & Beratung

Die Substanz LACHGAS

Lachgas oder Distickstoffoxid (N_2O) ist ein farbloses Gas mit einem leicht süßlichen Geruch, welches in der Industrie und Technik (z. B. als Treibgas in Spraydosen oder Kapseln für Sahnespender) und aufgrund seiner schmerzstillenden Wirkung in der Medizin, beispielsweise als Narkotikum, Anwendung findet. Industriell produziertes Lachgas kann durch Verunreinigungen toxische Wirkungen hervorrufen.

DROGERIE

Drogenaufklärung & Beratung

Formen von LACHGAS

Lachgas wird in der Regel in Gaskartuschen oder Gasflaschen gehandelt, die auch in bunten Flaschen mit Drehverschluss erhältlich sind. Diese Kartuschen werden oft durch das Inhalieren aus gefüllten Luftballons konsumiert. Der Markt bietet aufgrund der leichten Verfügbarkeit und des ursprünglichen Gebrauchs in der Küche eine niedrige Hemmschwelle für Missbrauch.

Vorsicht: Ein direktes Inhalieren von Gaskartuschen kann zu schweren Erfrierungen der Atemwege führen - Lebensgefahr!

Wirkung

- Wirkungseintritt nach wenigen Sekunden
- Dauer zwischen 30 Sekunden und 2 Minuten
- Gesamtwirkung zwischen 5 und 10 Minuten

Folgende Wirkungen sind zu erwarten:

- leichte optische Halluzinationen (Tunnelblick, veränderte Formen und Farben, ...)
- leichte akustische Halluzinationen (Dämpfung oder Intensivierung der Hör-, Hall- und Echoentwicklung)
- Wärme- und Glücksgefühle
- Prickeln am ganzen Körper
- gedämpftes Schmerzempfinden
- intensive Lachanfälle sind möglich (besonders in Gesellschaft)
- einige Konsumenten berichten von einer bewusstseinsweiternden Wirkung, welche bis zum Verlust des Gefühls für die eigene Person reichen kann („Ich-Auflösung“)

Nebenwirkungen

Folgende Nebenwirkungen sind zu erwarten:

- Übelkeit
 - Schwindelgefühl
(durch Druckanstieg im Innenohr)
 - Erschöpfungszustände
 - Blähungen
 - Taubheitsgefühl und/oder Zuckungen
 - Krämpfe in den Gliedmaßen
 - Kopfschmerzen
 - Atemdepression
(Atmung wird nicht unterstützt und der Körper und das Gehirn werden durch den Sauerstoffmangel geschädigt)
 - übersteigt der Lachgasanteil in der Atemluft einen Wert von 90%, drohen aufgrund von Sauerstoffmangel Bewusstlosigkeit und diverse irreversible Hirn- und Organschäden
- nach längerer Inhalation kann das plötzliche Absetzen denselben Effekt zur Folge haben
 - bei zu großem Sauerstoffmangel in Atemluft und Blut besteht Erstickungsgefahr
 - Schwindel- und Taubheitsgefühle
 - mögliche Verletzungs- und Selbstschädigungsgefahr durch Bewusstseinsstörungen
 - kurzzeitige depressive Verstimmungen unmittelbar nach dem Konsum; diese können mit Schuldgefühlen einher gehen
 - bei exzessivem Konsum kann es zu Herzrhythmusstörungen und einem gravierenden Abfall des Blutdrucks kommen

Langzeitfolgen

- Schädigung der Nervenbahnen
- Kontinuierlicher Sauerstoffmangel kann zu irreversiblen Schäden an den Gehirnzellen führen. Dies kann u.a. Auswirkungen auf die Merk- und Konzentrationsfähigkeit haben.
- Generell kann chronischer Konsum zu vielfältigen Schäden am zentralen Nervensystem führen, da verschiedene Arten von (Nerven-)Gewebe geschädigt werden.
- Da Lachgas in den Wirkmechanismus von Vitamin B12 (das sog. „Nervenschutz-Vitamin“) eingreift, können irreversible Nervenschädigungen auftreten. Die schützenden Hüllen der Nerven können nicht mehr korrekt aufgebaut werden, was zunächst zu Kribbelempfindungen in Händen und Füßen führt und später auch Gefühllosigkeit und Gangschwierigkeiten zur Folge hat.

Schlimmstenfalls kann dies zu dauerhaften Schäden und sogar zum Tod führen, wenn es nicht rechtzeitig erkannt wird.

- Bei Konsument:innen mit Problemen oder Erkrankungen des Ohres bzw. Trommelfells (z. B. Mittelohrentzündung) kann der Gebrauch von Lachgas zu weiteren Schädigungen bis hin zum Hörverlust führen.
- Durch Untersuchungen von Anästhesisten, welche aufgrund der Berufsausübung häufiger Lachgas inhalieren müssen, stellte sich heraus, dass es bei lang anhaltendem Gebrauch zu Störungen im Bereich der Blutbildung kommen kann. Auch eine Schädigung der Fortpflanzungsfähigkeit konnte bei Betroffenen dokumentiert werden.

- Die Gefahr der Ausprägung einer psychischen Abhängigkeit ist gegeben und geht meist mit einer erheblichen Dosissteigerung einher, da es schnell zu einer Toleranzbildung und Gewöhnung kommt.
- Die Ausprägung einer körperlichen Abhängigkeit ist nicht bekannt.



DROGERIE
Drogenaufklärung & Beratung

Safer Use

Um die entstehenden Risiken durch den Lachgaskonsum zu minimieren, solltest du einige Hinweise beachten:

- Achte auf dein Set (innere Einstellung) und Setting (Umgebung)!
- Vermeide jeglichen Kontakt mit flüssigem Lachgas, da es eine sehr niedrige Siedetemperatur hat, wodurch die Gefahr von Erfrierungen der Atemwege besteht.
- Inhaliere deshalb aus einem Ballon! (Ansonsten besteht Erfrierungsgefahr!)
- Da Lachgas die Atmung dämpft, solltest du zwischen dem Inhalieren unbedingt leer atmen und Sauerstoff aufnehmen, um einer möglichen Bewusstlosigkeit entgegenzuwirken.

- Vermeide den Mischkonsum mit anderen legalen und illegalen Substanzen aufgrund der unvorhersehbaren und gesundheitsschädlichen Wirkung. Der Mischkonsum mit Alkohol kann zu Übelkeit und Erbrechen führen, was im Falle der Bewusstlosigkeit zum Erstickungstod führen kann.
- Konsumiere Lachgas immer im Sitzen oder Liegen, wegen der Sturzgefahr aufgrund von Gleichgewichtsproblemen.
- Zieh dir niemals eine mit Lachgas gefüllte Plastiktüte über den Kopf (Erstickungsgefahr)!
Anmerkung der Redaktion: Wir schreiben das echt nicht zum Spaß.
Es soll schon vorgekommen sein.
- Konsumiere nicht allein, damit jemand in deiner Nähe ist, falls es zu Notfällen kommt.

Personen mit folgenden körperlichen Beschwerden sollten auf den Konsum von Lachgas verzichten:

- Atemwegserkrankungen
- insbesondere Asthmatiker
- Epileptiker
- Personen mit Herzleiden



DROGERIE

Drogenaufklärung & Beratung

Konsum während der Schwangerschaft

Bei schwangeren Frauen ist das Risiko einer Fehlgeburt beim Konsum von Lachgas erhöht, daher sollte während der Schwangerschaft keinesfalls Lachgas konsumiert werden.

Bei exzessivem und/oder regelmäßigem Konsum besteht die Gefahr von Organmissbildungen, Entwicklungsbeeinträchtigungen und/oder Nervenschädigungen am ungeborenen Kind, da es durch den Konsum von Lachgas zu einem Sauerstoffmangel im Blut kommt. Ob Lachgas auch über die Muttermilch an das säugende Kleinkind übertragen werden kann, ist noch nicht ausreichend erforscht.

Dennoch wird auch während der Stillzeit ein Konsumverzicht empfohlen.

Rechtslage

Medizinisches Lachgas fällt unter das Arzneimittelgesetz, der freie Handel damit ist strafbar. Technisches Lachgas unterliegt nicht direkt diesem Gesetz, doch der Verkauf zu Rauschzwecken – etwa in Luftballons – macht die Verkäufer strafbar. Der Verkauf von Lachgas als Droge wird als unerlaubtes Inverkehrbringen eines Arzneimittels geahndet.

Es wird derzeit geprüft, ob Lachgas ins Neue-psychoaktive-Stoffe-Gesetz (NpSG) aufgenommen werden soll, um Missbrauch weiter zu verhindern (Stand Dezember 2024).

Nachweisbarkeit

Lachgas ist in der Regel nur für wenige Stunden nach dem Konsum nachweisbar, meist über Atemtests.



DROGERIE
Drogenaufklärung & Beratung

Verhalten bei Notfällen

Achtung: Mitarbeiter:innen der Notrufzentrale unterliegen nicht der Schweigepflicht!

Sprecht am Telefon nicht von einem Drogennotfall, sonst könnte es passieren, dass neben dem Rettungsdienst auch die Polizei informiert wird. Redet erst mit dem Notarzt/der Notärztin über die mögliche Einnahme illegaler Substanzen.

Wenn jemand neben euch zusammenbricht, solltet ihr keinesfalls panisch reagieren. Das Wichtigste ist, Ruhe zu bewahren und so gut es geht, Hilfe zu leisten, bis der Rettungsdienst eintrifft.

Damit ihr wisst, was in einer solchen Situation zu tun ist, haben wir euch hier ein paar Punkte zusammengestellt, die ihr bei einem Notfall unbedingt beachten solltet:

- **Ruhe bewahren und zunächst die Notlage analysieren.**
- Muss ich den Rettungsdienst rufen oder kriegen wir die Sache selbst in den Griff?
- **Aber Vorsicht vor der Selbstüberschätzung - lieber den Rettungsdienst einmal zu viel als einmal zu wenig rufen!**

Lasst die Person keinen Moment aus den Augen. Solltet ihr zu der Ansicht kommen, dass medizinische Hilfe benötigt wird, muss immer jemand bei der Person bleiben, während Hilfe geholt wird. Falls es notwendig ist, leistet Erste Hilfe! Infos dazu findet ihr in unserer Broschüre „Drogennotfall“.

- Hat jemand eine Überdosis eingenommen und ist bewusstlos oder nicht ansprechbar, muss sofort medizinische Hilfe gerufen werden!

- Bei Überdosierung Ruhe bewahren und auf die Person aufpassen (Selbst- und Fremdgefährdung bei der betreffenden Person möglichst verhindern).
- Wenn eine Person durch den Konsum eingeschlafen oder nicht ansprechbar ist, bleibe bei der betreffenden Person.
- Kontrolliere in regelmäßigen Abständen Puls und Atmung.
- Bring die Person in eine bequeme Liegestellung (bestenfalls stabile Seitenlage).
- **Bei Erbrechen: Mundhöhle freimachen!**
- **Bei Atemstillstand: Herzdruckmassage (30-mal) mit anschließender Beatmung (2-mal Mund zu Mund bzw. Mund zu Nase), bis der Notfallmediziner eintrifft oder die Atmung wieder einsetzt.**

Vorgehen bei Notrufen

Wichtige Infos für die Notrufzentrale:

- Wo hat der Notfall stattgefunden?
- In welchem Zustand befindet sich die in Not geratene Person?
- Gebt bei einem Notruf an, dass es sich um eine bewusstlose, orientierungslose, krampfende oder ängstliche Person ohne Fremdeinwirkung handelt.

Wichtige Infos für den den Notarzt/

die Notärztin:

- Was und wie viel hat die Person konsumiert?
- Gibt es noch Reste der Droge, welche konsumiert wurde? Diese sollten dem Notarzt/der Notärztin zum Testen der Inhaltsstoffe übergeben werden.
- Gibt es Vorerkrankungen, die für den Notfall mitverantwortlich sein könnten?

Sicherheit bei Narkose und Anästhesie

Es ist extrem wichtig, die Anästhesist:innen vor einer bevorstehenden Operation über den Konsum bestimmter Substanzen zu informieren.

Anästhesist:innen müssen die Dosierung und Auswahl der Medikamente individuell anpassen. Wenn Substanzkonsum verschwiegen wird, kann das:

- die Narkose riskant machen (z. B. durch unvorhergesehene Herz-Kreislauf-Reaktionen)
- die Wirksamkeit von Medikamenten beeinträchtigen
- zu lebensbedrohlichen Wechselwirkungen führen

Offenheit gegenüber den Anästhesist:innen ist entscheidend. Die Informationen werden vertraulich behandelt (Schweigepflicht) und dienen nur der medizinischen Sicherheit!

Wichtige Notfallnummern in der BRD

Notrufnummer für sofortige Hilfe:

112 - Feuerwehr und Rettungsdienst

110 - Polizei

Überall in Deutschland sind niedergelassene Ärzte/Ärztinnen im Einsatz, die Patienten/Patientinnen in dringenden medizinischen Fällen ambulant behandeln – auch nachts, an Wochenenden und an Feiertagen. Die Nummer funktioniert ohne Vorwahl, gilt deutschlandweit und ist kostenlos – vom Festnetz und mobil.

Den **ärztlichen Bereitschaftsdienst** erreicht man unter der bundesweit einheitlichen Rufnummer: **116 117**.

Giftinformationszentrum der Länder

In jedem Vergiftungsfall sollte so schnell wie möglich ärztlicher Rat eingeholt werden.

Die Giftnotrufzentralen sind rund um die Uhr von Ärzten/Ärztinnen besetzt. Dort erfährst du, wie du dich im Vergiftungsfall zu verhalten hast.

Notruf für Thüringen, Sachsen-Anhalt, Mecklenburg-Vorpommern, Sachsen:

0361.73 07 30

Das **Informationstelefon zur Suchtvorbeugung** der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) ist unter der Nummer

0221.89 20 31 erreichbar. Auf Wunsch können hier nähere Informationen zu Beratungsstellen vor Ort vermittelt werden.

Bundesweite Sucht- und Drogen-Hotline
(24 Stunden erreichbar): **01806.313031**
www.sucht-und-drogen-hotline.de

Die **Telefonseelsorge** bietet eine kostenlose und anonyme Beratung rund um die Uhr und kann an geeignete Beratungsstellen weiter verweisen: **0800.1110111** oder **0800.1110222**

Nummer gegen Kummer ist ein schnell erreichbares Gesprächs- und Beratungsangebot für Kinder und Jugendliche, Eltern und andere Erziehungspersonen
(14:00–20:00 Uhr): **0800.1110333**

Elterntelefon (Nummer gegen Kummer) anonym und kostenlos vom Handy und Festnetz: **0800.111055**

Spezielle Ansprechpartner:innen für Thüringen

Solltet ihr in Thüringen auf der Suche nach Beratungsstellen sein, ist **Thüringer Landesstelle für Suchfragen e. V.** direkter Ansprechpartner:
0361.746 45 85
www.tls-suchtfragen.de

Natürlich könnt ihr euch bei Fragen auch direkt an die **Drogerie** wenden. Wir sind in der Regel von Montag bis Freitag zwischen 08:00 und 16:00 Uhr unter folgender Nummer erreichbar: **0361.6020866**

Ihr könnt uns aber auch gerne eine E-Mail an drogerie@sit-online.org senden.

Weitere Infos zu Safer Nightlife, psychotropen Substanzen und Safer Use findet ihr auf www.drogerie-projekt.de

Quellenverzeichnis

Drug Scouts (Safer-Nightlife-Projekt Leipzig)
www.drugscouts.de

DrogenGenussKultur
(Informationsplattform zu Psychedelika)
www.drogenkult.net

Handbuch Psychoaktive Substanzen
*Fachbuch von Maximilian von Heyden,
Hendrik Jungarberle, Tomislav Majić (Hrsg.)*



DROGERIE

Drogenaufklärung & Beratung

Impressum

Herausgeber
DROGERIE
Safer-Nightlife in Thüringen

Ein Projekt des Präventionszentrums der SiT
- Suchthilfe in Thüringen gGmbH.

www.drogerie-projekt.de
Telefon: 0361.602 08 66
E-Mail: drogerie@sit-online.org

Gestaltung
Stefan Kowalczyk – www.kowaly.de

Förderung
Thüringer Ministerium für Soziales, Gesundheit,
Arbeit und Familie

Neuaufgabe 2025

DROGERIE Substanzbroschüren

Substanz-Information zu:

- Ecstasy (MDMA)
- Kokain
- Alkohol
- Crystal
- Heroin
- Kateamin
- Cannabis
- DMT
- GHB / GBL / BDO
- Lachgas
- LSD
- Meskalin
- Nikotin
- Psilos
- Speed



Mehr Infos unter:

praevention-info.de/drogerie/

