



HEROIN



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, indem 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 HEROIN

Heroin (chemisch Diacetylmorphin) zählt zur Klasse der Opiate und wird aus Rohopium, dem Saft der Schlafmohnkapsel, gewonnen. Heroin wird als weißes, cremefarbenes, graues oder bräunliches Pulver, als Tablette oder als braune Paste verkauft. Die braune Farbe ist Folge der ungenügenden Reinigung des Morphins.

DROGERIE

Drogenaufklärung & Beratung

Szenenamen und Formen von HEROIN

Es wird meist mit Substanzen wie Glukose, Kalk, Puderzucker, Koffein, Milchzucker, Mannit, Paracetamol, aber auch gelegentlich mit Giftstoffen wie Chinin oder Strychnin gestreckt. In der Szene wird Heroin auch als „H“ (engl.), „Braunes“, „Schore“ oder „Stoff“ bezeichnet. Heroin wird geraucht, gesnieft, gedrückt oder geschluckt.

Achtung: in letzter Zeit wurden immer wieder Verunreinigungen durch synthetische Opioide (bspw. Fentanyl, Nitazene) im Straßenheroin festgestellt. Der Konsum solcher Substanzen stellt ein enormes Gesundheitsrisiko dar, da bereits enorm geringe Mengen ausreichen um lebensbedrohliche Zustände hervorzurufen.

Die Wirkung von HEROIN

Der Wirkungseintritt und die eigentliche Wirkung sind abhängig von der Dosierung, der Konsumform, dem Wirkstoffgehalt, eventuellen Streckstoffen und dem Set & Setting (der eigenen körperlichen und seelischen Verfassung und dem Umfeld).

Sollte Heroin gespritzt werden, beginnt der Wirkungseintritt unmittelbar nach dem Konsum. Wird die Substanz geraucht oder gesnieft, setzt die Wirkung nach wenigen Minuten ein. Die Wirkungsdauer ist abhängig von der Dosierung und vom Reinheitsgrad der Substanz. Eine Konsumeinheit kann zwischen zwei bis fünf Stunden wirken. Die Wirkdauer, Intensität sowie die damit verbundenen Risiken können bei Verunreinigungen mit synthetischen Opioiden stark variieren.

Folgende Wirkungen sind zu erwarten:

- euphorisierende und angstlösende Wirkung
- Gefühle von Geborgenheit
- tiefe Selbstzufriedenheit
- negative Empfindungen und Gedanken treten in den Hintergrund
- schmerzlindernde Wirkung
- der Rausch geht einher mit einem Wärmegefühl, welches den Körper durchdringt
- Mundtrockenheit
- Schweregefühl in den Gliedern

DROGERIE

Drogenaufklärung & Beratung

Konsumenten/Konsumentinnen beschreiben den Heroinrausch als eine warme Decke, die sich um einen hüllt. Der beim intravenösen Konsum eintretende Kick wird als besonders intensiv erlebt und als absolutes Hochgefühl beschrieben.

Weitere Wirkungen:

- verlangsamer Stoffwechsel und damit einhergehende verminderte Darmaktivität
- Verlangsamung der Atem-/Herzfrequenz

DROGERIE

Drogenaufklärung & Beratung

Nebenwirkungen von HEROIN

- geistige Beeinträchtigungen
- Verwirrung & Desorientierung
- Erinnerungslücken
- undeutliche Sprache
- Koordinationsstörungen
- extreme Verstopfung
- Übelkeit & Erbrechen
- Juckreiz
- Blutdruckabfall & Pulsverlangsamung
- Pupillenverengung (Stecknadelpupillen)
- starke und lebensbedrohliche Reduktion der Atemfrequenz auf 2 bis 4 Atemzüge pro Minute

Bei einer Überdosierung (tödliche Dosis bereits ab 60 mg möglich, bei synthetischen Opioiden z.T. bei deutlich geringeren Wirkmengen) kann es zu einer lebensbedrohlichen Atemlähmung kommen.

Langzeitfolgen von HEROIN

Je nach Konsumform kann es irreparable Schädigungen des Körpers nach sich ziehen:

- Schädigungen der inneren Organe wie Leber, Nieren, Herz, Venen, Magen, Darmtrakt und Gehirn
- schwere Schädigungen der Schleimhäute und der Nasenscheidewand durch das Sniefen
- äußerst starke Beanspruchung von Bronchien und Lunge durch das Rauchen
- lebensbedrohliche Ablagerungen und Verschleimen der Atemwege durch hustenstillende Wirkung von Heroin
- gemeinsames Spritzen führt zu leichter Übertragung von Infektionskrankheiten sowie Bildung von Entzündungen und Abszessen (deutliches Risiko von Hepatitis C und HIV/AIDS-Infektionen)
- Abnahme der Libido bei dauerhaftem Konsum

Regelmäßiger Heroinkonsum bedingt die schnelle Ausbildung einer Toleranz, wodurch die Dosis erhöht werden muss, um die gleiche Wirkung zu erreichen.

Außerdem besteht ein hohes Risiko für eine sich schnell entwickelnde, starke physische und psychische Abhängigkeit.

Vorsicht: Heroin und andere Opioid-Verbindungen können schwerste physische und psychische Entzugerscheinungen verursachen.

Drogenaufklärung & Beratung

Safer Use

Um das entstehende Risiko durch die Einnahme von Heroin zu reduzieren, solltest du unbedingt einige Hinweise beachten. Personen mit folgenden körperlichen Beschwerden sollten auf keinen Fall Heroin konsumieren:

- Asthma
- Zuckerkrankheit
- Epilepsie
- Bluthochdruck mit Störungen der Herz-Kreislauf-Regulation
- Menschen mit psychischen Problemen bzw. Menschen, die sich in psychischen Belastungssituationen befinden, sollten ebenso auf den Konsum verzichten.

Drogenaufklärung & Beratung

Achte auf dein Set (innerer Zustand)!

Wie fühlst du dich? Bist du gesund genug, besorgt dich etwas oder geht es dir einfach nicht gut?

Fühlst du dich gestresst oder bist du ausgeruht?

All dies beeinflusst die Wirkung im positiven wie auch im negativen Sinne. **Benutze deshalb Heroin niemals zur Stimmungsaufhellung oder zur Problemlösung!**

Achte auf dein Setting!

Vermeide den Mischkonsum mit anderen legalen und illegalen Substanzen, da die Wirkung sonst für dich unkalkulierbar wird. Lebensgefährliche Situationen können beispielsweise durch den gleichzeitigen Konsum folgender Substanzen entstehen:

- Heroin und Ketamin
- Heroin und Alkohol
- Heroin und Kokain
- Heroin und Benzodiazepine

Ist dir die Qualität des Heroins nicht bekannt, solltest du erst eine geringe Dosis einnehmen. Insbesondere nach einer Entgiftung kann es leicht zu Überdosierungen kommen, da die „gewohnte“ Menge nicht mehr vom Körper vertragen wird.

Wir raten grundlegend vom Heroinkonsum ab.

Sollte sich dennoch dazu entschieden werden Heroin zu konsumieren, sollte anstelle des intravenösen Konsums (Spritzen) Heroin geraucht oder gesnieft werden, um das Erkrankungs- und Überdosierungsrisiko zu reduzieren.

Beim Sniefen solltest du außerdem Folgendes beachten:

- Säubere nach nasalem Konsum stets die Nasenlöcher. Am besten ist eine Spülung mit einer milden Kochsalzlösung.
- Der Gebrauch von Nasensprays sollte möglichst vermieden werden, da die Schleimhäute dadurch zusätzlich ausgetrocknet werden.
- Zerkleinere die Droge auf einer trockenen, glatten Oberfläche zu einem möglichst feinen Pulver. Je feiner die Droge ist, umso geringer ist das Risiko, die Nasenschleimhäute zu schädigen.
- Du solltest vom Sniefen absehen, da die Schleimhäute einem unverhältnismäßigen Verletzungsrisiko ausgesetzt sind.

- Als risikoärmste Konsumform gilt die orale Einnahme von genau dosierten (abgewogenen) Bönchen oder Getränken.
- Benutze bei jedem Konsum ein neues und sauberes Stück Papier oder ein steriles Röhrchen ohne scharfe Kanten statt einem Geldschein o. Ä.. Geldscheine gehen durch viele Hände und sind somit mit viel Schmutz und Krankheitserregern behaftet.

Die hauptsächlichen Gefahren beim Gebrauch von Heroin entstehen durch den intravenösen Konsum. Dies bedeutet jedoch nicht, dass andere Konsumformen frei von (z.T. lebensbedrohlichen) Risiken sind.

Beim Spritzen solltest du daher unbedingt Folgendes beachten:

- Vor dem Drücken solltest du die Einstichstelle mit medizinischem Alkohol desinfizieren.
- Benutze immer eigenes, neues und sauberes Spritzbesteck!
- Teile niemals Nadeln und Pumpen mit anderen Konsumenten/Konsumentinnen!
- Vermeide es ebenfalls, den Stoff gemeinsam aufzuziehen und zu teilen, da Infektionsgefahr mit HIV, Hepatitis, Bakterien und Pilzen besteht.
- Nimm immer einen neuen Filter und am besten NaCl-Lösung anstelle von Wasser.
- Der Einstich ist in Herzrichtung und nur in Venen (dunkles Blut) zu setzen, niemals in eine Arterie (helles, schaumiges Blut).

- Kochsalzlösung bei einer Überdosierung zu injizieren, bringt gar nichts! Das einzig (kurzzeitig) wirksame Gegenmittel ist das rezeptpflichtige Medikament Naloxon. Auch nach der Naloxoninjektion bei einer Überdosierung muss in jedem Fall ein/eine Notarzt/Notärztin gerufen werden, da Naloxon eine sehr kurze Wirkungsdauer aufweist und eine Überdosis später noch einmal eintreten kann.

Rechtslage

Erwerb, Handel und Herstellung von Heroin ist, laut BtMG, verboten.

Nachweisbarkeit von HEROIN

Nachweiszeiten sind unter anderem von der Konsumhäufigkeit- und Menge, der Geschwindigkeit des Stoffwechsels sowie von der Konzentration des Urins abhängig. Die folgenden Werte dienen deshalb nur zur Orientierung:

- im Blut bis zu 24 h
- im Urin 3 bis 7 Tage

Konsum während Schwangerschaft

Der Konsum von Heroin kann (und wird bei häufigem Konsum) eine Veränderung deines Hormonhaushalts bewirken.

Das heißt, Menstruationsbeschwerden können verstärkt, der Monatszyklus gestört (unregelmäßige oder ausbleibende Periode) und die Fruchtbarkeit beeinträchtigt werden. Dennoch ist eine Schwangerschaft möglich.

Bei Frauen, die häufig Heroin konsumieren und die Anti-Baby-Pille nehmen, kann die empfängnisverhütende Wirkung der Pille abgeschwächt werden. Vor allem die Verunreinigungen im Heroin können zu Erbrechen führen. Tritt diese Nebenwirkung bis zu 4 h nach Einnahme der Pille auf, gelangt unter Umständen zu wenig Wirkstoff der Pille in den Blutkreislauf, sodass eine Schwangerschaft möglich ist.

Grundregel: immer mit Kondomen oder anderen nicht-hormonellen Verhütungsmitteln vor einer ungewollten Schwangerschaft schützen!

Im Gegensatz zu Alkohol, Amphetaminen und Kokain haben Heroin und andere Opiate offenbar ein geringeres Fehlbildungspotenzial. Jedoch sind Opiate und Opioide keinesfalls harmlos für die Schwangerschaft und es verdoppelt sich vergleichsweise die Rate der Früh- und Mangelgeburten durch den reduzierten Blutfluss in der Plazenta und deren vorzeitige Lösung.

In der Spätschwangerschaft kann ein abrupter Entzug der Mutter ein Entzugssyndrom beim Ungeborenen auslösen. Dieses äußert sich in starken Kindsbewegungen und unzureichender Sauerstoffversorgung, welche im schlimmsten Fall zum Tod des Fötus führen kann.

Wegen der Risiken beim raschen Absetzen sollte dies nur von erfahrenen Ärzten oder Ärztinnen und am besten unter stationären Bedingungen durchgeführt werden.

Die Einnahme von Drogen während Schwangerschaft und Stillzeit sollte unbedingt vermieden werden.

Bei Unsicherheiten, ob die Substanz einfach so abgesetzt werden kann, ist es ratsam, den/die Arzt/Ärztin oder eine Suchtberatungsstelle zu konsultieren.

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“.

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 weiterverweisen: **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/

