



KETAMIN



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 KETAMIN

Ketamin ist ein schmerzstillendes Narkosemittel, welches vor allem in der Tiermedizin eingesetzt wird. Es wird jedoch auch in der Humanmedizin zur Einleitung und Durchführung von Vollnarkosen und zur Schmerzstillung in der Notfallmedizin angewandt - stets in Verbindung mit Valium oder anderen dämpfenden Medikamenten, um den psychedelischen Effekt zu minimieren. In Reinform ist Ketamin ein weißes, geruchloses und kristallines Pulver, welches in der Regel als Arzneimittel in einer Lösung verabreicht wird. Auf dem illegalen Markt wird Ketamin als weißes oder eingefärbtes Pulver gehandelt. Unter anderem ist Ketamin auch schon in Pillenform aufgetreten. Die untersuchten Proben waren teilweise mit MDMA verschnitten und wurden auf dem illegalen Markt häufig als Ecstasy verkauft.

Szenenamen und Formen von KETAMIN

Ketamin wird z. B. auch „K“, „Ket“, „Keta“, „Super-K“, „Special K“, „Kate“, „Kitty“ und „Vitamin K“ genannt. Die flüssige Lösung wird sowohl oral konsumiert als auch intramuskulär (in den Muskel) oder intravenös (in die Vene) gespritzt. In kristalliner Form kann es geschnupft werden. Die Pillen werden geschluckt.

Es werden zwei Formen von Ketamin unterschieden: (R)-Ketamin und (S)-Ketamin. (S)-Ketamin ist chemisch aufbereitet. Die sedierende (beruhigende) und analgetische (schmerzstillende) Komponente wird hierbei deutlich verstärkt. User:innen sprechen dabei von einem ungleich intensiv erlebten Rauschzustand. (S)-Ketamin sollte deutlich niedriger dosiert werden als das verbreitetere (R)-Ketamin.

Wirkung von KETAMIN

Das Wirkungsspektrum von Ketamin ist stark dosisabhängig und kann sehr unterschiedliche Ausprägungen haben. Das Wirkungsspektrum lässt sich mit steigender Dosierung wie folgt beschreiben:

- Bei 15 bis 25 mg (0,3 mg/kg Körpergewicht) stellt sich ein vergleichbar angetrunkener Zustand ein, ähnlich einem leichten Alkoholrausch.
- Ab einer Dosis von 30 mg nehmen die motorischen Fähigkeiten stark ab.
- Bei einer Dosierung von 30 bis 110 mg (0,4 bis 1,5 mg/kg Körpergewicht) kann sich ein als unangenehm empfundener Rauschzustand einstellen. Nebenwirkungen werden spürbar – psychedelische Effekte treten am Rande der Wahrnehmung auf.

- Eine Dosis von 90 bis 160 mg (1,5 – 2 mg/kg Körpergewicht) verursachen eine stark dissoziative Wirkung. User:innen beschreiben den Rausch mit einer fragmentarischen Auflösung der sie umgebenden Umwelt. Der Zustand der Ich-Auflösung wird als intensiver und stark halluzinogener Rausch beschrieben, der in Szenekreisen als „K-Hole“ bezeichnet wird. In diesem Zustand ist es nicht mehr möglich, die Kontrolle über die eigene Motorik aufrechtzuerhalten. Allgemein sind die Körperfunktionen deutlich eingeschränkt. Zudem reduzieren sich die Wahrnehmung und das Schmerzempfinden drastisch. Es besteht besondere Verletzungsgefahr.
- Der Schwellenwert einer Überdosis liegt bei 450 mg (6 – 8 mg/kg Körpergewicht). Jedoch können auch geringere Dosierungen zu starken körperlichen und psychischen Nebenwirkungen führen.

Der Wirkungseintritt ist von verschiedenen individuellen Faktoren sowie der Darreichungs- und Konsumform abhängig.

- Sniefen: Eintritt nach 3 bis 10 Minuten
- Schlucken: Eintritt nach bis zu 20 Minuten
- Spritzen intravenös: Eintritt nach wenigen Sekunden
- Spritzen intramuskulär: Eintritt nach wenigen Minuten

Die Wirkungsdauer kann bis zu 1 Stunde anhalten. Abklingende Effekte können noch bis zu 4 Stunden spürbar sein.

Folgende Wirkungen sind zu erwarten:

- Geschmacks- und Geruchsempfinden sind ausgeschaltet
- Rededrang und Emotionen verringern sich
- Halluzinationen
- Leichtigkeitsgefühle
- Gefühl kompletter Losgelöstheit
- eingeschränkte Handlungsfähigkeit und Wahrnehmungsleistung
- stark abgemildertes Schmerzempfinden (Verletzungsgefahr, ohne es zu merken)
- Verringerung von Konzentration und geistiger Leistungsfähigkeit

Nebenwirkungen

- Erhöhung von Blutdruck und Puls
- Übelkeit und Erbrechen (vor allem bei Bewegung)
- Angstzustände sind möglich
- große Anstrengung beim Sprechen (Sprache z. T. verwaschen und lallend)
- Hirndrucksteigerung
- Erhöhung des Innenaugendrucks
- Sehstörungen
- vermehrter Speichel- und Tränenfluss

Achtung: Durch hohe Dosen kann es zur Atemdepression kommen, wodurch akute Erstickungsgefahr besteht! Folgen einer Überdosis können plötzliche Bewusstlosigkeit (meist mit geöffneten Augen mit Gefahr der Austrocknung), Lähmungen, Krampfanfälle und Koma sein.

Noch lange nach dem Rausch können Schwächegefühle und paranoide Phasen auftreten. Bei einer hohen Dosis kann es zu einem Ketamindelirium kommen, welches als „K-Hole“ bezeichnet wird. Da in diesem Zustand Körperfunktionen nur noch eingeschränkt aufrechterhalten werden können, kann es zu starken Problemen mit der Motorik und der eigenen Koordination kommen. Außerdem kann es sein, dass ungewollt Körperflüssigkeiten ausgeschieden werden.

DROGERIE

Drogenaufklärung & Beratung

Langzeitfolgen

Auswirkungen von Langzeitfolgen sind bei Ketamin bisher nur unzureichend erforscht. Bisherige Erkenntnisse schließen auf:

- Schädigungen an Leber und Niere
- depressive Verstimmungen
- Ängstlichkeit
- Toleranzentwicklung mit einer einhergehenden psychischen Abhängigkeit (der Konsum sollte im Falle von bevorstehenden Operationen stets den Anästhesist:innen mitgeteilt werden)
- Inkontinenz

DROGERIE

Drogenaufklärung & Beratung

Es wird vermutet, dass Ketamin bereits in geringen Dosen Funktionsstörungen im Gehirn auslösen kann, was zu Gedächtnis-, Lern- und Wahrnehmungsstörungen führen kann.

Safer Use

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

- Bluthochdruck
- Herzstörungen
- Grüner Star
- Epilepsie
- Depressionen
- Angina pectoris
- Schilddrüsenüberfunktion
- Menschen mit psychischen Problemen bzw. Menschen, die sich in psychischen Belastungssituationen befinden

Es entstehen lebensbedrohliche Wechselwirkungen.

Achte auf dein Setting!

- **Ketamin sollte nur geplant konsumiert werden!** Die Beeinträchtigung motorischer Fähigkeiten kann zu Unfällen und Verletzungen führen. Am besten hinlegen (vor allem, wenn die nasale Dosis höher als 30 mg ist) und nie alleine sein! Ab einer Dosis von 100 – 150 mg sollte auf jeden Fall eine nüchterne Begleitperson dabei sein, die im Notfall Hilfe leisten oder holen kann!
- Biete Personen im Ketamin-Vollrausch auf keinen Fall Speisen oder Getränke an! Ketamin stört die Motorik des Mund-Rachen-Raumes. Es besteht die Gefahr, sich zu verschlucken! Darüber hinaus können die Abwehrreflexe im Mund-Rachen-Raum übersteigert sein; beim Kontakt z. B. mit Wasser kann eine Verkrampfung des Kehlkopfs und als Folge Atem- oder Herzstillstand auftreten!

- Du solltest mindestens eine Stunde vor dem Konsum nichts essen! Ketamin sollte nicht auf vollen Magen eingenommen werden, da durch Bewusstseinstrübung die Gefahr besteht, am eigenen Erbrochenen zu ersticken.
- Nach Abklingen des Rausches kann Wasser getrunken werden.
- Durch unterdrücktes Schmerzempfinden besteht eine erhebliche Gefahr von Verletzungen (vor allem beim Herumlaufen) und Verbrennungen (z. B. durch Heißgetränke).
- Aufgrund der Gefahr des Ertrinkens wegen möglicher plötzlicher Bewegungsunfähigkeit sollte man unter Ketamineinfluss nicht schwimmen oder in die Badewanne gehen.
- Da die gleiche Dosis bei geringerem Körpergewicht oder kleinerer Statur meist eine stärkere Wirkung hervorruft, steigen möglicherweise auch die Risiken - daher auf niedrige Dosierung achten!

- Musik leise hören! Du hörst unter Ketamineinfluss manche Frequenzen nicht mehr, die dein Hörvermögen irreparabel schädigen können.
- Der Ketaminrausch ist sehr anstrengend - am Tag danach eine Erholungspause einlegen!
- Vermeide während eines Ketaminrausches verantwortungsvolle Tätigkeiten! Nicht Auto oder Fahrrad fahren! Lege möglichst lange Konsumpausen ein.
- Im Falle einer Bewusstlosigkeit muss Puls und Atmung der Person überwacht und bei eventuellem Herz-Kreislauf-Stillstand Erste Hilfe geleistet beziehungsweise der Notarzt/die Notärztin gerufen werden.

- Der Konsum von Ketamin kann Erbrechen hervorrufen. Tritt dies bis zu 4 Stunden nach Einnahme der Pille auf, kann unter Umständen zu wenig Wirkstoff des Verhütungsmittels in den Blutkreislauf gelangen, sodass eine Schwangerschaft möglich ist.

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

Drogenaufklärung & Beratung

Beim Sniefen von Ketamin solltest du außerdem Folgendes beachten:

- Verwende eine Oberfläche, die eigens für den nasalen Konsum von Ketamin gedacht ist (z. B. eine eigene Ziehplatte). Von nasalem Konsum von bspw. Kacheln in Toiletten ist abzuraten, um den ungewollten Konsum von anderen Substanzen zu vermeiden, aber auch um sich vor Infektionskrankheiten zu schützen.
- Säubere nach dem 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.

DROGERIE
Drogenaufklärung & Beratung

- Statt Geldscheinen o. Ä., was durch viele Hände gegangen ist und mit viel Schmutz und eventuell Krankheitserregern behaftet ist, solltest du besser bei jedem Konsum ein neues und sauberes Stück Papier oder im besten Fall ein steriles Ziehröhrchen verwenden!
- Stecke das Röhrchen hoch in die Nase hinauf und vermeide dabei möglichst die Nasenschleimhäute zu verletzen.
- Verzichte auf das gemeinsame Nutzen von Ziehröhrchen bei nasalem Konsum, da eine Infektionsgefahr bei Hepatitis, aber auch bei Infektkrankheiten wie Schnupfen besteht.

Die hauptsächlichen Gefahren beim Gebrauch von Ketamin entstehen durch intravenösen Konsum.

Beim Spritzen solltest du unbedingt Folgendes beachten:

- Achte darauf, beim Konsumieren nicht allein zu sein und dosiere sehr niedrig! Die Spritze könnte im Arm stecken bleiben, da die Wirkung schnell einsetzt und eine Atemdepression auftreten kann!
- Benutze immer eigenes, neues und sauberes Spritzbesteck!
- Vor dem Drücken solltest du die Einstichstelle mit medizinischem Alkohol desinfizieren.
- Teile niemals Nadeln und Pumpen mit anderen Konsumenten/Konsumentinnen!
- Vermeide 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).

Rechtslage

Ketamin ist verschreibungspflichtig und darf nicht frei gehandelt werden.

Nachweisbarkeit von KETAMIN

Je nach Häufigkeit und Dauer des Konsums kann Ketamin einige Stunden im Blut und bis zu vier Tage im Urin nachgewiesen werden.

DROGERIE
Drogenaufklärung & Beratung

Konsum in der Schwangerschaft

Ketamin kann in die Plazenta und Muttermilch gelangen, der Fötus bzw. das Neugeborene wird damit geschädigt. Bei zu hohen Dosierungen kann es zu Frühgeburten kommen. Sollte Ketamin in der Notfallmedizin zum Einsatz kommen, müssen der behandelnde Arzt oder die behandelnde Ärztin unbedingt über die Schwangerschaft informiert werden. Auch wenn nur ein Verdacht besteht!

Die Einnahme von Drogen während Schwangerschaft und Stillzeit sollte unbedingt unterlassen werden. Bei Unsicherheiten, ob die Substanz einfach so abgesetzt werden kann, ist es ratsam, den Arzt/die 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/

