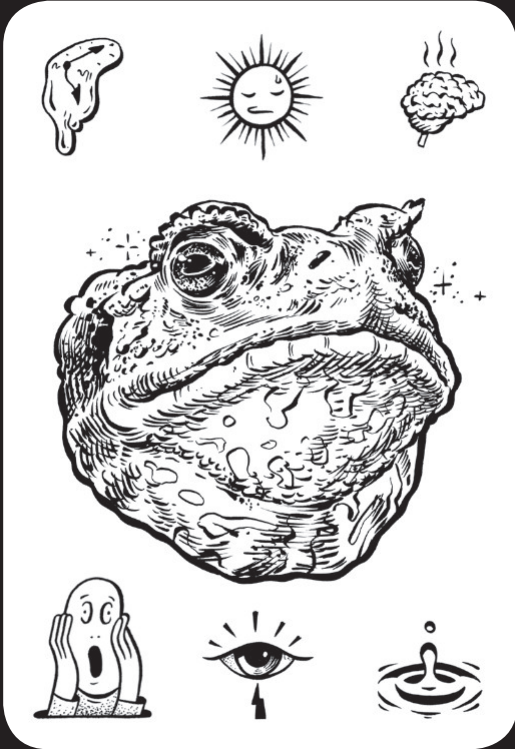


DMT



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 DMT

DMT (Dimethyltryptamin) ist ein natürlich vorkommendes, aber auch synthetisch erzeugbares, halluzinogenes Alkaloid und zählt zur Familie der Tryptamine.

Der Wirkstoff kommt in zahlreichen Pflanzen wie dem Chacruna-Strauch, dem Riesenschilf, Cohiba und Jurema-Bäumen vor. DMT wurde in geringen Mengen als natürlicher Botenstoff auch in Säugetieren, einschließlich des Menschen, nachgewiesen. Die Aussage, dass DMT in der Zirbeldrüse produziert wird, ist umstritten und wissenschaftlich nicht eindeutig belegt. Während es Hinweise gibt, dass DMT im menschlichen Körper vorkommt, bleiben die genaue Rolle und der Ort der Produktion (einschließlich der Zirbeldrüse) spekulativ. Es besteht die Vermutung, dass DMT beim Träumen eine Rolle spielt. Daher wird es oft auch als Molekül der Spiritualität bezeichnet.

Formen von DMT

Chemisch werden N,N-DMT (N,N-Dimethyltryptamin) und 5-MeO-DMT (5-Methoxy-N,N-Dimethyltryptamin) unterschieden.

Beide docken unter anderem an Serotonin-Rezeptoren an und sind chemisch verwandt mit Psilocybin und Psilocin (Wirkstoffe in „Psilos“ bzw. „Magic Mushrooms“). DMT kann geraucht, geschnupft oder intra-venös injiziert werden. Oral ist DMT nur in Kombination mit Monoaminoxidase-Hemmern (MAO-Hemmern) wirksam.

Reines DMT liegt als weißer, kristalliner Feststoff vor, der in freier Basenform rauchbar ist. Von Pflanzen extrahiertes DMT kann sich farblich und strukturell unterscheiden.

Abhängig von Verunreinigungen kommen oftmals gelbe, orangene und rote Töne vor.

Wirkung von DMT

Der Wirkungseintritt und die Wirkung sind u. a. abhängig von der Dosierung, dem Wirkstoff, Set und Setting (der eigenen körperlichen und seelischen Verfassung und dem Umfeld) sowie Gewöhnungseffekten. Der Wirkungseintritt erfolgt meist innerhalb weniger Sekunden. Die Wirkung kann sich je nach Konsument:in und Situation unterscheiden.

Inhalation:

- Dauer: 3-15 Minuten; die subjektive Wirkungsdauer ist deutlich länger

Injektion:

- Dauer: ca. 45 Minuten; nach 30-60 Minuten kann ein sogenannter Meta-Zustand eintreten, in dem das Rauscherlebnis verarbeitet wird

Folgende Wirkungen sind zu erwarten:

- intensive Wahrnehmungsveränderungen
- Euphorie
- leichte Erregbarkeit
- Halluzinationen
(Eintreten in bizarre Welten)
- Veränderung von Zeitsinn und räumlicher Wahrnehmung
- sehr starkes Entheogen (Einswerden mit dem Universum, aber auch religiöse/spirituelle Erlebnisse sind möglich)
- Beeinträchtigung von Beurteilung und Interpretation der Situationen
- Gefühl von visionären Erfahrungen
- Veränderung des Ich-Empfindens

Damit DMT über eine orale Aufnahme sein Wirkungspotenzial entfalten kann, wird es häufig mit MAO-Hemmern (Monoaminoxidase-Hemmern) kombiniert eingenommen, wodurch die Rauschdauer verlängert und intensiviert werden kann. Allerdings ist – wie bei allen Formen des Mischkonsums – Vorsicht geboten. Risiken sind in den meisten Fällen nicht abzuschätzen. Extrakte DMT-haltiger Pflanzenteile liegen manchmal in Form eines alkoholischen Auszuges vor, der zur Konzentration oder Konservierung des Wirkstoffs dient. Vom gleichzeitigen Konsum von DMT und Alkohol ist jedoch dringend abzuraten!

Nebenwirkungen

Die DMT-Wirkung kann überwältigend, rasant, fremdartig und sehr intensiv sein, wodurch starke Furcht ausgelöst und ein herausfordernder („Challenging“) Trip entstehen kann. Daher sollte DMT nur von Personen konsumiert werden, die sich vorher intensiv auf die Erfahrung vorbereiten und sich in einem stabilen mentalen und emotionalen Zustand befinden.

Folgende Nebenwirkungen sind zu erwarten:

- Übelkeit
- Krämpfe
- Pupillenerweiterung
- Angstzustände
- erhöhter Blutdruck
- Anstieg der Herzfrequenz
- Überhitzung
- Brechreiz (bei hohen Dosen)

- Lungenreizung
- Verdauungsstörung
- Bewusstseinsverlust
- Verwirrtheitszustände
- Nah-Tod-Erfahrungen (Ich-Auflösung)

Vorsicht bei der Kombination mit anderen Halluzinogenen! Psychische Folgen sind nicht kalkulierbar. In Kombination mit Lachgas kann DMT zur Amnesie (Gedächtnisverlust) und Bewusstlosigkeit führen.

Langzeitfolgen

Das Risiko beim Konsum von DMT oder DMT-haltigen Substanzen liegt weniger im körperlichen, sondern eher im psychischen Bereich. Spezifische Langzeitschäden körperlicher Natur sind nicht dokumentiert jedoch sind langfristige psychische Auswirkungen insbesondere bei Menschen mit (einer Neigung zu psychischen Erkrankungen möglich. Bei Personen mit latent vorhandenen (verborgenen) Psychosen oder anderen psychischen Störungen können diese durch den Konsum zum Ausbruch kommen. (Dies ist jedoch bei einer Vielzahl psychotroper Substanzen der Fall.)

Safer Use

Um das entstehende Risiko durch den Konsum von DMT zu reduzieren, solltest du unbedingt einige Hinweise beachten:

- Sorge für ein positives Set (Wohlbefinden) und Setting (dein Umfeld).
- Die Wirkung von DMT hängt von der chemischen Zusammensetzung und von der Konsumform ab. 5-MeO-DMT ist etwas stärker wirksam als N,N-DMT und besetzt schneller die dafür vorgesehenen Rezeptoren. 5-MeO-DMT ist in der Regel weniger visuell und farbenprächtig und hat einen stärkeren Einfluss auf das Körpergefühl und die emotionale Verarbeitung.
- Bei Injektion wirkt das Rauscherlebnis noch intensiver und dauert ca. dreimal so lange als bei Inhalation, wodurch das Risiko einer Überforderung ansteigt.

- Nimm eine geringe Dosis, wenn dir die Stärke und chemische Zusammensetzung des Extrakts nicht bekannt ist und vor allem, wenn du DMT zum ersten Mal konsumierst.
- Auch wenn du nach dem ersten Mal keine Wirkung verspürst, solltest du nicht sofort weiter konsumieren und möglichst lange Konsumpausen einlegen.
- Durch das schnelle, zum Teil sehr plötzliche Einsetzen der Wirkung, kann es leicht zu Unfällen kommen. Konsumiere daher DMT niemals allein, sondern immer mit einer vertrauten Person an deiner Seite. Lege die Pfeife, Bong etc. sofort nach dem Konsum zur Seite.
- Konsumiere im Sitzen oder Liegen und Sorge dafür, dass keine Gegenstände in der Nähe sind, die zu Unfällen führen können.
- **DMT ist ein starkes Halluzinogen und somit keine Partydroge!**

- Vermeide Mischkonsum und achte auf Wechselwirkungen mit Medikamenten. Die gleichzeitige Einnahme mit Monoaminoxidase-Hemmern (z. B. in Antidepressiva) verlängert die Rauschwirkung deutlich und erhöht das Risiko für ein **Serotonin-Syndrom**.
- Wer psychische Probleme hat oder sich nicht gut fühlt, sollte auf den Konsum verzichten, da DMT extreme psychische Wirkungen hervorrufen kann. Konsumenten/Konsumentinnen berichten davon, eine völlig andere Realität und Persönlichkeit erfahren zu haben.
- Versuche, dich nach schlechten Erlebnissen auf positive Dinge einzulassen.
- Wenn du das Gefühl hast, die Situation allein nicht mehr kontrollieren zu können, dann wende dich an vertraute Personen oder hole dir professionelle Hilfe (z. B. bei uns oder einer Drogenberatungsstelle in deiner Nähe).

Konsum während der Schwangerschaft

Der wissenschaftliche Erkenntnisstand lässt keine genauen Aussagen zu. Trotz fehlender Literatur zu diesem Thema möchten wir an dieser Stelle unbedingt darauf hinweisen, dass DMT in der Schwangerschaft gefährlich sein kann. Wir geben zu bedenken, dass allein ein psychisches Ungleichgewicht, Angst- oder Panikzustände bei der Mutter sich erheblich auf die psychische Verfassung des Kindes auswirken können. In Tierstudien stieg zudem das Risiko für Geburtsfehler. Bedingt durch das Rauchen von DMT kommt es vorübergehend zu einer geringeren Sauerstoffversorgung für den Fötus, wodurch das Risiko für ein niedriges Geburtsgewicht und andere Geburtsfehler steigt.

Die Einnahme von Drogen während Schwangerschaft und Stillzeit sollte unbedingt ver-

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



DROGERIE

Drogenaufklärung & Beratung

Rechtslage

DMT ist in Deutschland aufgrund seiner Aufführung in der Anlage I BtMG ein nicht verkehrsfähiges Betäubungsmittel. Der Besitz, Erwerb, Handel sowie die Herstellung von DMT sind daher grundsätzlich verboten und strafbar. Der Umgang mit DMT ohne eine spezielle Erlaubnis ist illegal und kann strafrechtliche Konsequenzen nach sich ziehen. Dies umfasst die Herstellung, den Vertrieb, den Erwerb und den Besitz von DMT. Dasselbe gilt für DMT-haltige Pflanzen oder Stoffgemische, die für den Missbrauch zu Rauschzwecken vorgesehen sind. (§ 29 Absatz 1 BtMG).

Nachweisbarkeit

DMT wird sehr schnell abgebaut und ist im Blut nur für kurze Zeit nachweisbar, in der Regel weniger als 24 Stunden nach dem Konsum. Im Urin ist DMT bis zu 5 Tagen nachweisbar.

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 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/

