

SANDHEDEN OM RITALIN- MISBRUG

TAKE 1 TAB
MORNING

RITALIN 10M

ROUND WHITE 10 M
Lbtr: MALLINKRT PHA
SMOOKLER

R-ball
Rids
Smarties

drugfreeworld.org

HVORFOR HAR VI SKREVET DETTE HÆFTE

Der tales meget om stoffer verden over — på gaderne, i skolen, på internettet og på TV. Noget af det er sandt, noget er ikke.

Meget af det, du hører om stoffer, kommer fra dem, der sælger dem. Tidligere narkohandlere har tilstået, at de ville have sagt hvad som helst for at få andre til at købe deres stoffer.

Lad dig ikke narre. Du har brug for kendsgerninger, for at undgå at blive afhængig af stoffer, og til at hjælpe dine venner med at være stoffri. Det er grunden til, at vi har lavet dette hæfte — for din skyld.

Det er vigtigt for os at høre, hvad du synes om hæftet, så vi ser frem til at høre fra dig. Du kan også gå på nettet på nejtilstoffer.dk eller drugfreeworld.org og maile til os på info@nejtilstoffer.dk eller info@drugfreeworld.org



Hvad er Ritalin?

Ritalin er det almindelige navn for *methylphenidat* klassificeret som et narkotikum af den amerikanske Lægemiddelstyrelse, med den samme klassificering som kokain, morfin og amfetamin*.

I USA misbruges det i stor stil af teenagere for at opnå en stimulerende effekt.

Selv når Ritalin bliver brugt som receptpligtig medicin, kan det have alvorlige bivirkninger bl.a. nervøsitet, søvnløshed, spiseforstyrrelser, pulsændringer, hjerteproblemer og vægttab. Producenterne siger selv, at det er et vanedannende stof.

I juni 2005 formulerede den amerikanske Lægemiddelstyrelse en ny vejledning om, at brugere af Ritalin og lignende midler skal

informeres om, at disse stoffer kan forårsage synshallucinationer, selvmordstanker, psykotisk opførsel og endda aggressivitet og voldelig opførsel.

En forfatter beskrev det på denne måde: Man siger aldrig til forældrene, at: "Nåh, for resten ... nogle gange dør et barn af at tage sin receptpligtige medicin, eller for resten, børn på stimulerende medicin har dobbelt så stor risiko for senere at blive stofmisbrugere, eller ... nåh ja, en tredjedel af alle børn på den slags medicin udvikler symptomer på tvangsmæssig opførsel inden for det første år."



* amfetamin: En kraftig stimulant for centralnervesystemet (hjerne og rygmarg), som ofte kaldes "speed"

Hvor kan man finde det?

Desværre kan man finde Ritalin og andre lignende stoffer brugt mod "hyperaktivitet" næsten alle steder.

Hvis man går på gymnasiet eller universitetet er der alt for let adgang til stoffet, og det bliver udbudt af folk, som kun er interesserede i at lave nogle hurtige penge.

I Danmark er udskrivningen af Ritalin over de seneste 8 år steget med mere end 900 %, hvor det bruges til behandling af hyperaktivitet, også kaldet DAMP eller ADHD. Det til trods for, at DAMP ikke er officielt anerkendt som en "forstyrrelse" eller lidelse i Danmark.

Men i USA er brugen af stoffet endnu mere almindeligt. Det er alt for nemt for en "ven" at tage nogle af sin lillebrors receptpligtige piller og gå rundt og sælge dem for 30 kr. stykket.

Eller for en studerende, der trænger til et hurtigt fix, at fortælle skolesygeplejersken, at han har "indlæringsvanskeligheder" og ikke kan "koncentrere" sig. Han får pillerne på recept, gemmer dem til senere brug og deler ud af dem til sine venner.

Selvom den amerikanske lovgivning forbyder ukontrolleret udlevering af disse stærke stimulanser* er den kedelige sandhed, at disse stoffer er tilgængelige næsten alle vegne. Kiddie-cocaine, som det bliver kaldt, deles ud som slik.

* stimulans: et stof, som øjeblikkeligt forøger energien og årvågenheden, men som også er ledsaget af en forøgelse af blodtrykket, pulsen og vejtrækningen



Symptomerne af en overdosis, der er tæt på. Personen bliver meget overgearet, overordentlig følsom, meget årvågen, med meget intense humørsvingninger. Det er sindssygt.”

— Jake



Hvordan Ritalin- misbrug begynder

Det virker så enkelt i begyndelsen. En elev kommer lidt bagud med sine studier. En eksamen nærmer sig, og han skal forberede sig. Han bliver nødt til at blive længe oppe for overhovedet at have en chance for at klare eksamen. Kaffe gør ham nervøs, men mange af hans venner bruger disse piller til at få den ekstra energi, de behøver. Så hvorfor ikke? Få kroner, en pille, en hel nats studium, en følelse af "fokus".

Det begynder måske på den måde, men det er ikke så tit, at det slutter sådan.

Nogle studerende knuser Ritalin og sniffer det ligesom kokain for at få en hurtigere virkning. "Det holder en vågen i timevis," fortæller en.

Og ligesom kokain eller andre stimulanser, bliver den dejlige "optur" uundgåeligt efterfulgt af en "nedtur",

en følelse af ekstrem træthed, depression og nedsat årvågenhed. En studerende på Adderall, en anden stimulans, der misbruges meget på universiteter, fortalte, hvordan følelsen af "fuldstændigt klarsyn" blev ændret til, at man følte sig "smadret og overbrugt" den næste dag.

Som en bruger beskrev det: "Bagefter er jeg som regel fuldstændigt smadret, ligesom i koma." Og selvfølgelig finder brugeren ud af, at følelsen af at være "helt smadret" kan dæmpes ved "hjælp" af en anden pille, der får én op igen.

Og sådan kører det. Det næste bliver, at man tager en højere dosis eller sniffer stoffet for at få et større sus. Tolerans forøges, så man skal have mere. I disse store mængder kan Ritalin forårsage spasmer, hovedpine og hallucinationer.

Det stærke amfetamin-lignende stof kan endda medføre døden, som i de mange tragiske tilfælde med børn, som er døde af hjertestop på grund af skader i forbindelse med stoffet.

Første gang jeg prøvede Ritalin, gik jeg i 7. klasse. Pillerne blev udskrevet til mig, fordi de troede, jeg havde en let form for ADD [manglende opmærksomheds-forstyrrelse (attention deficit disorder)]. Jeg lod som om, jeg havde det, så jeg havde en undskyldning for ikke at klare mig godt i skolen (jeg var bare doven).

Jeg opdagede aldrig, at jeg langsomt gjorde mig selv afhængig og derefter egentlig ikke var anderledes end andre stofmisbrugere. Jeg tog ca. 40 mg om dagen og følte mig helt på toppen. Jeg kunne være vågen flere dage i træk indtil det punkt, hvor jeg fik en voldsom psykose. Det var forfærdeligt! Alting så ud til at smelte og forandre sig, og jeg var skrækslagen." — Andrea

Hvordan ser Ritalin ud? Og andre fakta



Ritalin fås i små piller ca. på størrelse med aspirinpiller med (fabrikantens) navn "Ciba" indgraveret i pillen. Pillerne på 5 mg er svagt gule, pillerne på 10 mg er svagt grønne og pillerne på 20 mg er både hvide og svagt gule.

De bliver beskrevet som en stimulans for centralnervesystemet. Dog indrømmer selv fabrikanten på indlægssedlen i pakken, at ingen i virkeligheden kender virkningen på menneskekroppen. "Man ved ikke helt, hvordan det virker på mennesker."

Misbrugere knuser pillerne til pulver og indsnuser det.

Stoffet er vandopløseligt, hvilket gør det nemmere at lave det om til væske, som så kan sprøjtes ind.

Som den amerikanske lægemiddelstyrelse bemærker, "de eneste tilgængelige former for methylfenidat, der kan bruges til misbrug, stammer fra den medicin, der fås via lovlige kanaler." Med andre ord kommer alle de Ritalin-piller, som bliver misbrugt, oprindeligt fra fabrikanten – enten i sin originale form, knust til pulver eller opløst i vand. Intet af det er fremstillet på gaden.



Jeg fik Ritalin, fordi jeg ikke kunne koncentrere mig i skolen. Det var først, da jeg holdt op med at tage stoffet som 13-årig, at jeg blev i stand til at koncentrere mig og lærte at læse og skrive. Indtil da havde jeg befundet mig i en tåge." – Alex



Amerikanske slangudtryk

Ritalin har mange forskellige navne, når det bliver solgt på gaden i USA. Blandt andet:

- Diet Coke
- Kiddie Cocaine
- Kiddie Coke
- Vitamin R
- R-ball
- Poor man's cocaine
- Rids
- Skittles
- Smarties



Fattigmands- kokain

I USA er Ritalin nemt at få fat i, og det er billigt. Måske får man pillerne fra en eller anden, der får det på recept, man kan stjæle det fra en søster eller bror, man kan skaffe dem med en falsk recept, og disse piller bliver solgt vidt og bredt. Prisen varierer fra en til to dollars i skolerne til 20 dollars på det sorte marked i USA. At sammenligne Ritalin med kokain er ikke bare en skræmmetaktik.

Ritalin kan kemisk sammenlignes med kokain. Når man sprøjter det ind som en væske, giver det det "sus", som misbrugere konstant hungre efter.

Den amerikanske Lægemiddelstyrelsen udsendte i år 2000 resultaterne fra en undersøgelse, der var blevet lavet på både dyr og mennesker, som fik Ritalin og kokain. Forsøgspersonerne kunne ikke mærke nogen forskel på de to stoffer. Det fik Lægemiddelstyrelsen til at konkludere: "Den virkning, de to stoffer fremkalder, er næsten identisk."

Forsøgspersoner, der var givet kokain og Ritalin kunne ikke mærke nogen forskel på de to stoffer.



Omfanget af Ritalin-misbrug

Misbrug af receptpligtig medicin som Ritalin er stigende.

I 2006 havde næsten 7 millioner amerikanere misbrugt receptpligtig medicin som Ritalin – mere end antallet, der brugte kokain, heroin, hallucinogener, ecstasy og snifning tilsammen.

De 7 millioner var bare 3,8 millioner i 2000 – en forøgelse på 80 % på kun 6 år.

I 2007 sagde 3,8 % af en gruppe 10. klasses-elever, at de havde taget Ritalin uden recept mindst én gang inden for det sidste år.

En vigtig faktor, der har bidraget til misbruget, er den enorme forøgelse i antallet af udskrevne recepter for Ritalin og andre stimulanser.

Trends in the Prescribing of Psychotropic Medications to Preschoolers

g May Be for Ritalin

DEA takes action to stop advertising: ADHD drug use rises

Hyper-Drugging of Active Kids

Back to school for ADHD drugs

I USA er antallet af recepter for stimulanser steget fra omkring 5 millioner i 1991 til næsten 35 millioner i 2007.

I 2004 var methylfenidat (Ritalin) impliceret ved anslået 3.600 skadestuebesøg sammenlignet med 271 besøg i 1990.

Mellem 1990 og 2000 var der 186 dødsfald på grund af Ritalin i USA. Risikoen er størst for dem, der sniffer store mængder af stoffet.

Siden 1995 har stoffet stået på den Amerikanske Narkotikastyrelses liste over de "oftest stjalne" medikamenter.

**I 2004 kom
13 gange så
mange Ritalin-
misbrugere en tur
på skadestuen
end i 1990.**

1990

Skadestuebesøg,
hvor Ritalin er
impliceret

2004

Skadestuebesøg,
hvor Ritalin er
impliceret

Jeg endte med at tage en masse stærkere amfetaminer, som hurtigt fik mig ned med nakken, og jeg ved ikke, om jeg var blevet interesseret i dem, hvis jeg ikke var startet med Ritalin." — Andy



De farlige bivirkninger fra receptpligtig medicin

Denne amfetaminlignende substans har de samme virkninger på kroppen som andre former for speed: tab af appetit, søvnløshed og forøget hjerterytme. Misbrug af Ritalin i større doser, især gennem injektion eller snifning belaster kroppen i højere grad. Belastningen af hjertet kan være dødelig.

Tag eksemplet med en teenager, der havde brugt Ritalin gennem længere tid, og som kollapsede en dag, da han stod på skateboard.

Død af et hjertestop. Injektion af Ritalin har endnu en virkning på kroppen. Det aktive kemiske stof, methylfenidat, opløses fuldstændig i vand, men pillerne indeholder også små partikler af uopløseligt fyldstof.

Disse stoffer kan blokere de små blodkar, når de bliver indsprøjet i blodbanen og kan forårsage alvorlig skade på lunger og øjne.

Udover den fysiske påvirkning, kan selv kortvarig brug af stoffet også forårsage alvorlige følelsesmæssige problemer. Hallucinationer og psykotisk opførsel er ikke ualmindelige. En forsker i Texas fandt ud af, at Ritalin-misbrug kunne sættes i forbindelse med en højere risiko for kræft.

Undersøgelsen fandt frem til, at et ud af tolv børn, der var blevet behandlet med methylfenidat, fik genetiske abnormiteter, der kunne sættes i forbindelse med en forøget risiko for kræft.

BIVIRKNINGER PÅ KORT SIGT

- Tab af appetit
- Forøget hjerterytme, forhøjet blodtryk og kropstemperatur
- Udvidelse af pupiller
- Urolig søvn
- Kvalme
- Mærkelig, uberegnelig, til tider voldsom opførsel
- Hallucinationer, bliver meget let ophidset – og irriteret
- Panik og psykotisk opførsel
- Overdoser kan føre til kramper, slagtilfælde og død

BIVIRKNINGER PÅ LÆNGERE SIGT

- Uoprettelig skade på hjertets og hjernens blodårer, højt blodtryk, der fører til hjerteanfald, slagtilfælde og død
- Skade på lever, nyrer og lunger
- Hvis det sniffes, kan man beskadige vævet i næsen
- Hvis det ryges, kan man få problemer med åndedrættet
- Hvis det indsprøjtes, kan man få infektionssygdomme og bylder
- Underernæring, vægttab

- Mister orientering, apati, forvirret udmattelse
- Stærk psykisk afhængighed
- Psykose
- Depression
- Hjerneskader inklusive slagtilfælde og muligvis epilepsi



Ritalin fører til brug af andre stoffer

En undersøgelse støttet af Det Nationale Center for Stofmisbrug fandt frem til, at brugere af Ritalin og lignende stoffer, "havde den højeste procentdel af kokainmisbrug".

Fordi der opbygges tolerans, kan misbruget af Ritalin føre til indtagelse af stærkere stoffer for at opnå den samme virkning. Når virkningerne bliver svagere, vil personen begynde at tage stærkere stoffer for at blive fri for de

KURTS HISTORIE: Rocklegenden Kurt Cobain startede på Ritalin i en alder af 7 år. Cobains enke, Courtney Love, mente, at stoffet førte til hans senere misbrug af stærkere stoffer. Han begik selvmord ved at skyde sig i 1994. Love fik også Ritalin som barn. Hun udtrykte det på denne måde: "Når du er barn, og du får det her stof, som giver dig denne [euforiske] følelse, hvad vil du så ellers vende dig imod, når du bliver voksen?"



uønskede tilstande i hans liv, som i første omgang fik ham til at tage stoffer.

Ritalin i sig selv leder ikke personen til andre stoffer. Folk tager stoffer for at blive fri for uønskede tilstande eller følelser. Stoffet skjuler problemet i et stykke tid (mens brugeren er "høj"). Når følelsen af at være "høj" forsvinder, vender problemet eller den uønskede tilstand tilbage meget stærkere end før. Og så kan misbrugeren risikere at vende sig mod stærkere stoffer, da "Ritalin nu ikke længere virker".

En undersøgelse af 500 studerende over en periode på 25 år viste, at de personer, der brugte Ritalin og lignende stoffer, var mere tilbøjelige til at bruge kokain og andre stimulanser senere i livet.

Ifølge en undersøgelse i 2005 var teenagere, som misbrugte receptpligtig medicin, 12 gange mere tilbøjelige til at bruge heroin, 15 gange mere tilbøjelige til at bruge ecstasy og 21 gange mere tilbøjelige til at bruge kokain, sammenlignet med teenagere, som ikke misbrugte disse stoffer.

Almindelige "forklaringer" (fald ikke i fælden):

Der er mange "forklaringer" på at tage dette stærke stof.

Se på dem, som det de virkelig er – falsk reklame!

- Alle bruger det
- Det er kun til studiebrug
- Min bror tager det for indlæringsbesvær, så det kan vel ikke være så slemt
- Man bliver ikke afhængig
- Du kan kontrollere det. Du behøver ikke at bruge af det igen, hvis du ikke har lyst

Lad ikke andre – som foregiver at være dine venner – lokke dig i fælden

DØD af Ritalin

Høje doser af Ritalin fører til lignende symptomer, som misbrug af andre stimulanser, bl.a. rysten og ryk i musklerne, paranoia*, og en følelse af insekter eller orme, der kravler under huden.

F.eks. er der historien om den 17-årige misbruger, som efter at have sniffet knuste Ritalin-piller og været vågen i flere dage, blev psykotisk, dræbte sine forældre og sårede sin bror og

MATTHEWS HISTORIE:

Matthew var en teenager, som havde været på Ritalin i 7 år. Han døde pludseligt i marts 2000. Selvom han ikke tidligere havde haft hjerteproblemer, viste obduktionen klare tegn på skader i de små blodårer. Hans forældre blev fortalt af en af de læger, der undersøgte ham, at en fuldvoksen mands hjerte vejer omkring 350 gram. Matthews hjerte vejede 402 gram. I hans dødsattest kunne man læse: "Døden skyldes lang tids brug af methylfenidat (Ritalin)."

* paranoia: mistro, mistillid og frygt for andre mennesker



søster alvorligt med en økse. En anden på 14 år, som havde været på Ritalin siden han var 7, bankede en anden dreng til døde med et baseball-bat.

Ritalin kan forårsage aggression, psykose og en uregelmæssig hjerterytme, der kan medføre døden.

DET ER ULOVLIGT AT MISBRUGE DET

I USA er Ritalin underlagt streng kontrol, og der er alvorlige straffe for misbrug.

Straffen for den første forseelse med at sprede stoffet (som du ville være skyldig i, selvom du blot delte en eller to piller med en ven) er op til 20 år i fængsel og en bøde på op til 1 million dollars.

Hvis død eller alvorlige skader er resultatet af den første overtrædelse, er straffen fra 20 år og op til livstid i fængsel.

Hvis stoffet bliver indsprøjtet, bliver det en narkoforseelse med endnu strengere straf.

Jeg kan se nu, at min interesse for og derefter afhængighed af speed begyndte, da jeg fik ordineret Ritalin. Først var det hver weekend, så var det hver dag.

Jeg startede med få hallucinationer af fugle, der fløj over mit hoved, fik så følelsen af, at der var andre folk i samme rum som jeg, når jeg var alene, og jeg begyndte at få paranoia. Jeg opbrugte al den ordinerede Dexedrine inden for en uge. Og så gik jeg tilbage til Ritalin og fortsatte derfra.

Jeg husker ikke meget af 3g. Men jeg husker en overvældende depression og en manglende evne til at forstå, hvad der var den præcise grund til, at det gik mig værre i skolen end nogensinde før. Jeg bestod knap nok og lavede absolut ingen planer for min videregående uddannelse.

I sidste øjeblik kom jeg ind på universitetet. Jeg var i stand til at holde mig fra stoffer i ca. 17 dage, før behovet for speed blev for overvældende.

Jeg deltog i undervisningen i en uge, hvorefter jeg faldt fra." — Sam

Sandheden om stoffer

Stoffer er dybest set gift. Den indtagne mængde bestemmer virkningen.

En lille mængde virker som en stimulans (kvikker dig op). En større mængde virker beroligende (sløver dig). En endnu større mængde giver en forgiftning og kan være dødelig.

Dette er sandt for ethvert stof. Kun den mængde, der er nødvendig for at opnå en bestemt virkning, varierer fra stof til stof.

Men mange stoffer har en anden belastende egenskab: de påvirker sindet direkte. De kan forvrænge brugerens opfattelse af, hvad der foregår omkring ham eller hende. Som et resultat af det

kan personens opførsel blive underlig, irrationel, upassende og selvdestruktiv.

Stoffer blokerer alle følelser, både de ønskede og de uønskede. Så imens stofferne kortvarigt hjælper mod smerte, så fjerner de ens evner og årvågenhed og gør ens tankeevne uklar.

Medicin er stoffer, som anvendes med den hensigt at øge eller nedsætte eller ændre noget mht. den måde, din krop fungerer på, i et forsøg på at få den til at fungere bedre. Nogle gange er disse nødvendige. Men de er stadig stoffer: de virker som stimulanser eller beroligende midler, og for meget kan slå dig ihjel. Så hvis du ikke anvender medicin korrekt, kan den være lige så farlig som illegale stoffer.

**Det rigtige at gøre er
at få kendsgerningerne
og ikke begynde
at tage stoffer
overhovedet.**



HVORFOR TAGER FOLK STOFFER?

Folk tager stoffer, fordi de vil prøve at lave noget om i deres tilværelse.

Her er nogle grunde, unge har givet:

- For ikke at være udenfor
- Som virkelighedsflugt og afslapning
- For ikke at kede sig
- For at virke voksen
- For at gøre oprør
- For at eksperimentere

De tror, at stoffer er en løsning. Men til sidst bliver stofferne problemet.

Måske er det svært at se ens problemer i øjnene, men konsekvenserne af stofmisbrug er altid værre end det problem, man forsøger at løse med stofferne. Det rigtige at gøre er at forstå sine problemer i stedet for at tage stoffer.



REFERENCER

Drug Enforcement Administration Fact Sheet on Prescription Drug Abuse

Monitoring the Future—National Results on Adolescent Drug Use, Overview of Findings 2007, National Institute on Drug Abuse

U.S. Dept of Health & Human Services, Testimony by Nora D. Volkow, MD, before the Senate Judiciary Subcommittee on Crime and Drugs, 12 Mar 2008

Emergency Department Visits Involving ADHD Stimulant Medications, Substance Abuse and Mental Health Administration, 2006

United Nations Office on Drugs and Crime

"Millions Have Misused ADHD Stimulant Drugs, Study Says," Shankar Vedantam, *Washington Post*, 25 Feb 2006

"NIDA InfoFacts: Stimulant ADHD Medications — Methylphenidate and Amphetamines," National Institute on Drug Abuse

Vanderbilt University Psychology Dept.

The Harvard Crimson Center for Substance Abuse Research

Novartis (Ritalin description)

University of Texas Medical Branch, Galveston

University of Indiana

Prevention Resource Center

Royal Canadian Mounted Police

New York University Health Center

The Family Council on Drug Awareness

FOTOS:
side 4 og 5: istockphoto.com/
Matty Symons; side 11: Itar-Tass

Millioner af eksemplarer af dette hæfte er blevet uddelt verden over på 22 sprog. Når der kommer nye stoffer på gaden, og mere information om deres virkninger bliver kendt, bliver hæfterne opdateret og der bliver lavet nye.

Hæfterne bliver udgivet af Foundation for a Drug-Free World, med den danske afdeling: Sig Nej til Stoffer, Sig Ja til Livet, der er en almennyttig medlemsforening med kontor i København.

Foreningen fremstiller undervisningsmaterialer samt rådgiver og koordinerer et internationalt netværk til forebyggelse af stofmisbrug. Netværket arbejder med unge, forældre, lærere, frivillige organisationer og offentlige myndigheder — enhver med interesse i at hjælpe mennesker til et liv uden stofmisbrug.

VIGTIGE KENDSGERNINGER

Dette hæfte er et i en hel serie af hæfter, som indeholder fakta om hash, alkohol, ecstasy, kokain, crack-kokain, crystal meth og methamfetamin, snifning, heroin, LSD og misbrug af receptpligtig medicin. Ved brug af denne information kan læseren beslutte sig til at leve et liv uden stoffer.

For yderligere information eller flere eksemplarer af dette eller andre hæfter i denne serie, kontakt:



Foundation for a Drug-Free World
1626 N. Wilcox Avenue, #1297
Los Angeles, CA 90028 USA
drugfreeworld.org
info@drugfreeworld.org
1-818-952-5260

"Sig Nej til Stoffer, Sig Ja til Livet"
Gl. Kongevej 3E, 1
1610 København V
www.nejtilstoffer.dk
e-mail: info@nejtilstoffer.dk
Tlf.: 33 55 77 70