SUCHT | SCHWEIZ

Gut ein Jahrhundert ist es her, dass MDMA zum ersten Mal synthetisiert wurde. Unter dem Namen «Ecstasy» wurde es jedoch erst Jahrzehnte später bekannt. Populär wurde Ecstasy in den 1980er- und in den 1990er-Jahren im Zusammenhang mit Rave- und Technopartys und ist heute Bestandteil der Partykultur bestimmter Jugendlicher und junger Erwachsener. Wie wirken Ecstasy und seine chemischen Verwandten? Welche unmittelbaren und langfristigen Risiken des Konsums existieren? Was kann die Prävention tun?

Ecstasy

Vom Pharmalabor in die Tanzklubs

Ecstasy (MDMA) und seine Derivate (MMDA, MDA, MDEA und MBDM) geben eine bunte Mischung psychoaktiver Substanzen in ebenso bunter Pillenform ab, die unter den verschiedensten Bezeichnungen (XTC, E, X, Eve, aber auch Markennamen wie Hello Kitty) auf dem Drogenschwarzmarkt vertrieben werden. Entgegen der landläufigen Meinung, wurde MDMA von der Pharmaindustrie zu Beginn des 20. Jahrhunderts nicht als Appetitzügler, sondern als blutstillende Substanz entwickelt und ist zunächst sehr schnell wieder in Vergessenheit geraten. Erst als der US-amerikanische Chemiker Alexander Shulgin in den 1960er-Jahren das psychoaktive Potential von Ecstasy in Selbstversuchen erforschte, wurde die Substanz unter anderem dank den Publikationen Shulgins einer grösseren Öffentlichkeit bekannt gemacht. Seit den 1980er-Jahren ist Ecstasy als Partydroge diverser Jugendbewegungen etabliert.

Im Jahre 1985 wurden Ecstasy und seine chemischen Verwandten dem UNO-Übereinkommen über psychotrope Substanzen von 1971 unterstellt und in vielen Ländern gesetzlich verboten. Auch in der Schweiz unterliegen Ecstasy und seine Derivate seit 1986 dem Betäubungsmittelgesetz (BtmG); Produktion, Konsum, Besitz, Erwerb und Handel sind also strafbar.

Die Substanz und deren Wirkung

Ecstasy, chemisch 3,4 Methylendioxymetamphetamin (MDMA), sowie die strukturverwandten Substanzen MMDA, MDA, MDEA und MBDM sind synthetische Amphetaminderivate und sind als Designerdrogen klassifiziert, da diese Substanzen in Labors vollsynthetisch hergestellt werden.

Neurobiologisch wirken MDMA und seine Analoga über die erhöhte Ausschüttung des Botenstoffes Serotonin und die Hemmung der Rückaufnahme. Wie die Wirkung erlebt wird, hängt von vielen Faktoren wie der Umgebung, der Stimmung, den Erwartungen der Konsumierenden usw. ab. Nach der Einnahme von MDMA beschleunigt sich der Puls und die Pupillen erweitern sich. MDMA wirkt 30 bis 40 Minuten nach der oralen Einnahme zunächst nur leicht euphorisierend, dann steigert sich diese Euphorie im Laufe der Substanzwirkung stetig. Die Hauptwirkungen sind eine Verstärkung der eigenen Empfindungen (entaktogen) sowie ein erleichterter Zugang zu den Gefühlen anderer Menschen (empathogen). Als positive Wirkungen der Droge werden von den Konsumierenden häufig auch Entspannung, Glücksgefühle, Zufriedenheit, und Hilfsbereitschaft untereinander genannt. Die Amphetamin-Wirkungskomponenten von Ecstasy lösen erhöhte Wachheit aus.

Je nach Drogendesign und eingenommener Dosis treten bei MDMA und seinen verwandten Substanzen die stimulierenden, die halluzinogenen oder die introspektions- und sinnlichkeitsverstärkenden Wirkungskomponenten hervor. Die Wirkungen halten im Allgemeinen zwischen zwei und sechs Stunden an. Ein Nachweis von Ecstasy und seiner Metaboliten ist im Blutserum während 24 Stunden, im Urin bis zu drei Tagen und im Haar noch während mehreren Monaten möglich.

Häufig kursieren falsche Ansichten über die Designerdrogen. So wird das als «flüssiges Ecstasy» bezeichnete GHB oft ebenfalls für eine der MDMA-Gruppe verwandte Substanz gehalten, was weder von der chemischen Zusammensetzung, noch von der Wirkung her zutrifft.

Konsummuster

Ecstasy wird überwiegend in Pillenform oral eingenommen. Es wird manchmal aber auch als Pulver geschnupft und geraucht.

Häufigste Konsumorte und Handelsplätze für die verschiedenfarbigen und mit unterschiedlichsten Prägemotiven versehenen Pillen sind Klubs, Diskos und Bars. Die Ecstasy-Pillen enthalten nicht selten Wirkstoffmischungen mit Amphetaminen. Den Pillen sind manchmal auch Drogen wie Kokain, LSD, PCP oder Ketamin und praktisch immer Streckmittel beigemischt.

Beim Ecstasy-Konsum dominiert der Freizeitgebrauch vor allem an Wochenenden in Diskotheken, Klubs und auf Partys. Die Konsumierenden streben über Tanz- und Musikerlebnisse einen punktuellen Ausstieg aus dem Alltagsleben an, bei dem die Einnahme einer Pille mit positivem Wirkungsversprechen (intensivere Gefühle, bessere Kommunikation, «Fun» in der Gruppe, Leistungssteigerung beim Party Machen) Bestandteil eines Freizeitrituals wird. Ecstasy ist keine Aussteigerdroge, sondern wird mit dem Ziel eingesetzt, sich dank dem «Freizeitdoping» genau im richtigen Moment in die richtige Stimmung versetzen zu können.

Ecstasy-Konsum in der Schweiz

Bei den Ecstasy-Konsumierenden handelt es sich überwiegend um sozial integrierte, unauffällige Freizeitkonsumentinnen und -konsumenten, die meist nur am Wochenende Ecstasy und andere Substanzen einnehmen.

Gemäss den Ergebnissen der Schülerbefragung (HBSC) 2014 gaben 0.9% der 15-Jährigen Jungen und 1.9% der Mädchen an, mindestens einmal in ihrem Leben Ecstasy genommen zu haben. In der Gesamtbevölkerung haben gemäss einer Befragung aus dem Jahre 2012 2.7% der Bevölkerung ab 15 Jahren mindestens einmal in ihrem Leben Erfahrungen mit Ecstasy gemacht und insgesamt gaben 0.3% der Befragten an, Ecstasy in den letzten 12 Monaten genommen zu haben.

Die Situation bei der allgemeinen Bevölkerung darf nicht darüber hinwegtäuschen, dass in gewissen Konsumgruppen der Gebrauch deutlich stärker ist. Szenenahe Einrichtungen treffen bei ihren Einsätzen vor Ort auf eine beachtliche Anzahl von Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit einem hohen und regelmässigen Ecstasy-Konsum, der oft mit Konsum von Alkohol, Cannabis, Amphetaminen und Kokain einhergeht. Viele, die sich für die Wochenendpartys aufputschen, verwenden zum «Runterkommen» dämpfende Substanzen (z.B. Alkohol, Cannabis, Schlafmittel oder gar Heroin).

Nebenwirkungen und Risiken

Nebenwirkungen und Risiken beim Konsum von Ecstasy und seiner Analoga sind stark dosisabhängig; mehr als 120 mg MDMA können sehr stark wirken und die Nebenwirkungen verstärken. Aber auch Alter, Geschlecht, Körpergewicht, Gesundheitszustand (Nieren- und Leberfunktion), psychische Prädisposition und Befindlichkeit des Konsumierenden sowie das Umfeld beim Konsum beeinflussen die Reaktionen des Individuums auf die Droge. Der Wunsch nach grösserer Ausdauer beim Tanzmarathon in den Diskotheken oder auf den Raves führt zu einem Konsummuster des «Nachlegens» von Pillen bei abflauender Wirkung. Dabei entsteht das Risiko einer akuten Vergiftung und Erschöpfung, besonders in überhitzten Räumen und bei mangelnder Zufuhr von alkoholfreien Getränken. Zudem kann MDMA in hohen Dosen die Temperaturregulierung stören und zu Überhitzung führen, die zu lebensgefährdenden Nieren-, Leber- und Herzkreislaufversagen führen kann. Eine Überdosierung von MDMA kann zum Serotonin-Syndrom führen, das sich unter anderem durch Unruhe, Verwirrtheit, Schwitzen, Herzrasen, Zittern etc. bemerkbar macht. Auf der anderen Seite kann es nach dem Konsum von MDMA unter Umständen zu einem Stimmungstief oder zu Depressionen kommen – das liegt in der Regel an dem fehlenden Serotonin. Sobald sich der Serotoninspiegel wieder regeneriert hat, gehen diese Symptome wieder zurück.

Häufige unmittelbare Nebenwirkungen des Ecstasy-Konsums sind:

– Pupillenerweiterung und verschwommenes Sehen
– Mundtrockenheit
– Muskelverkrampfungen, Zähneknirschen
– Kopfschmerzen, Schwindel und Übelkeit
– Psychomotorische Unruhe
– Trübung der Wachsamkeit
– Motorische Störungen
– Verminderte Urteilsfähigkeit

Noch Stunden bis wenige Tage nach dem Ecstasy-Konsum kann es zu folgenden Nebenwirkungen kommen (so genannter «midweek blues»):

– Schlaflosigkeit
– Antriebslosigkeit
– Depressive Verstimmungen
– Angststörungen

Abhängigkeitspotenzial

Das Absetzen von Ecstasy kann zu psychischen Entzugserscheinungen wie Stimmungsschwankungen, depressiven Verstimmungen und starkem Wunsch nach der Droge führen. Bei häufigem Konsum von Ecstasy und seiner Analoga erfolgt eine Toleranzentwicklung, die zu einer Dosissteigerung und erhöhten Konsumfrequenzen führen kann. Auch von einer Wirkungsumkehr wird häufig berichtet: Nach häufigem Konsum lässt die positive, erwünschte Wirkung nach, während die negative Wirkung zunimmt.

Vergiftungsrisiken

Akut-toxische Zwischenfälle nach überdosiertem Ecstasy-Konsum und Mischkonsum (z. B. mit Alkohol) können lebensbedrohlich sein. Sie manifestieren sich durch:

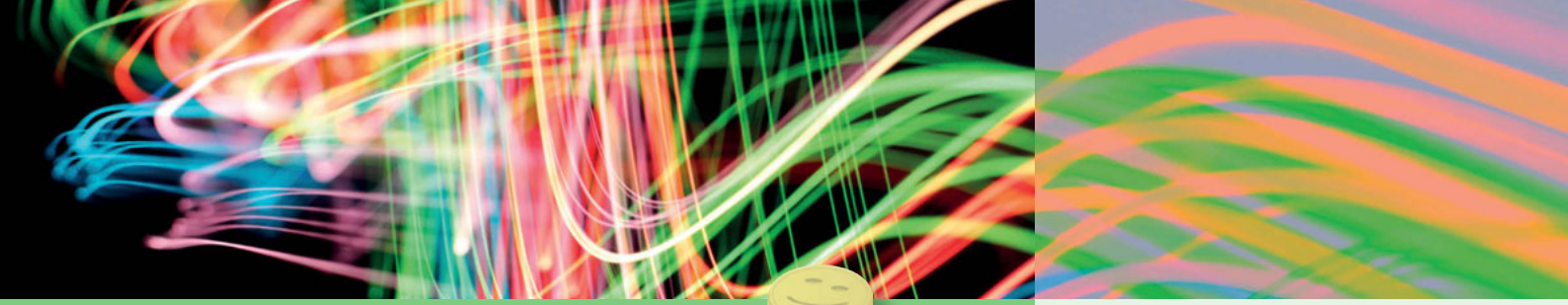
– Krampfzustände
– Dehydration (Austrocknung) und
– Überhitzung des Körpers
– Blutdruckabfall
– Herz-Kreislauf-Störungen
– Lungenödeme
– Leber- und Nierenversagen

MDMA erhöht den Serotoninspiegel im Gehirn. Werden andere serotonerg wirkende Substanzen gleichzeitig eingenommen (z. B. Antidepressiva, Lithium), kann dadurch ein akut-toxisches «Serotonin-Syndrom» ausgelöst werden. Dieses äussert sich in körperlichen und psychischen Symptomen wie Schweissausbrüchen, Durchfall, Überhitzung, Übelkeit, Erbrechen, Schlafstörungen, Herzrasen, Ataxie (Bewegungsstörung), Angst, Verwirrtheit, evtl. gar Koma. Auch die Substanz Ritonavir erhöht die Toxizität von MDMA.

Die Langzeitrisiken des Ecstasy-Konsums

Bestehende Krankheiten wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-, Leber- und Nierenerkrankungen, Diabetes, Grüner Star und Epilepsie können durch den Gebrauch von Ecstasy negativ beeinflusst werden. Verschiedene Forschungsergebnisse weisen zudem darauf hin, dass Ecstasy langfristig neurotoxisch auf Nervenzellen wirkt, die Serotonin als Botenstoff nutzen. Die Synapsen werden dadurch geschädigt, so dass die Kommunikation zwischen den Nervenzellen nur noch eingeschränkt oder gar nicht mehr stattfindet, was zu kognitiven Defiziten wie Gedächtnisproblemen und Lernschwierigkeiten sowie zu psychomotorischen Störungen führen kann. Ein früher Konsumeinstieg erhöht das Risiko für solche Auswirkungen. Über die Dauerhaftigkeit der erworbenen Schäden lassen sich derzeit noch keine zuverlässigen Aussagen machen. Einerseits gibt es Hinweise, die für eine Reversibilität der Schäden sprechen. Andererseits konnten bei ehemaligen Ecstasykonsumentinnen und -konsumenten auch nach längerer Abstinenz noch kognitive Defizite festgestellt werden. Generell ist somit nicht auszuschliessen, dass es zu langfristigen und bleibenden Einbussen in der Lernfähigkeit kommen kann.

Es gibt Zusammenhänge zwischen Ecstasykonsum und psychischen Erkrankungen, unter anderem Depressionen oder Ängste. Insbesondere bei Personen mit einer entsprechenden Veranlagung scheinen diese Zusammenhänge zu bestehen. Die Frage der Kausalität ist dabei aber nicht geklärt. Psychische Probleme können einem Konsum vorausgehen, oder der Konsum kann zu psychischen Problemen führen. Auch der Gebrauch weiterer Drogen dürfte eine wichtige Rolle spielen.



Prävention

Ecstasy wird vor allem in der Party- und Technoszene konsumiert, wobei festzuhalten ist, dass nicht alle Partybesucherinnen und -besucher Ecstasy konsumieren. Diese Personengruppe sollte darin bestärkt werden, weiterhin auf den Konsum zu verzichten. Bei Personen, die sich für den Konsum entschieden haben, kann die Prävention vor allem darauf abzielen, dass der Konsum mit möglichst wenig Schaden für die Konsumierenden verbunden ist.

Um die Zielgruppe der Konsumierenden zu erreichen, muss Ecstasy-Prävention eine aktive, szenenahe Arbeit vor Ort einschliessen. Eine solche lebensweltnahe Prävention sollte sich der sich schnell verändernden Partyszene anpassen. Verschiedene Erfahrungen zeigen, dass in der Szene ein grosses Bedürfnis nach fundierter Information über psychoaktive Substanzen, deren Wirkungen und Risiken besteht. Damit Präventionsbotschaften bei der Zielgruppe ankommen, müssen sie szenegerecht aufgearbeitet werden.

Eine direkt an den Konsumorten stattfindende schadensmindernde Massnahme, die in der Schweiz teilweise eingesetzt wird, ist das Testen von XTC-Pillen und anderen synthetischen Drogen mit mobilen Labors (Drug Checking), um deren tatsächliche Zusammensetzung zu kennen. Damit verbunden braucht es den Dialog mit den Konsumierenden, die Erläuterung der Substanzanalyse und die Vermittlung von klaren Präventionsbotschaften.

Präventive Bemühungen sind darüber hinaus auf struktureller Ebene anzusetzen. Massnahmen sind zum Beispiel: Schulung des Partypersonals, Abgabe von Informationsmaterial und Anpassungen der Infrastruktur (Frischluft, Trinkwasser, Sitzgelegenheiten, Erholungsraum usw.). Wenn alle für das Partyumfeld relevanten Akteure (Veranstalter, Polizei, Präventionsfachleute) sich vernetzen und zusammenarbeiten, ist eine gut abgestützte, wirksame Prävention und Schadensminderung möglich.

Weiterführende Informationen

Weitere Publikationen aus der Reihe «Im Fokus»:
- Alkohol und Schwangerschaft
- Alkohol, illegale Drogen und Medikamente im Strassenverkehr
- Alkohol
- Tabak
- Amphetamine und Methamphetamine
- Halluzinogene
- Schnüffelstoffe
- Kokain
- Heroin
- Glücksspielsucht
- Onlinesucht
- Schlaf- und Beruhigungsmittel
- Neue psychoaktive Substanzen

Bei Sucht Schweiz sind viele weitere Broschüren, Flyer und Info-Materialien zu Sucht und damit verwandten Themen erhältlich. Alle Materialien können bestellt oder auf der Homepage heruntergeladen werden.

Bestellungen:
http://shop.suchtschweiz.ch
oder Tel. 021 321 29 35

atelier barbara.kranz | thun

20.0029 | Im Fokus – Ecstasy | Lausanne, 2016

Sucht Schweiz
Av. Louis-Ruchonnet 14
Postfach 870
CH-1001 Lausanne

Tel. 021 321 29 11
Fax 021 321 29 40
PC 10-261-7
www.suchtschweiz.ch