

GHB



OPPLEVER DU PROBLEMER
KNYTTET TIL RUSBRUK?



LES MER OM BIVIRKNINGER
OG FORHÅNDSREGLER.



HVA ER GHB?

GHB er et dempende rusmiddel. Det finnes naturlig i kroppen i små mengder. Betydningen av dette stoffet er noe usikker, men det spiller sannsynligvis en viktig rolle når det gjelder regulering av søvn. All GHB som produseres til rusbruk er framstilt syntetisk. GHB omsettes hovedsakelig i væskeform, men også som pulver eller i gelatinkapsler.

GBL og 1,4-butandiol (1,4-BD) er kjemiske forløpere til GHB, og har lignende effekt. GBL og 1,4-BD omdannes til GHB i kroppen.

GHB benyttes som sovemiddel i enkelte kroppsbyggermiljøer, da det angivelig frigjør veksthormoner og således bidrar til å øke muskelmassen, men dette er omdiskutert.

GHB er også kjent som et «date rape drug» fordi det har blitt brukt i overgrepstilfeller.



DOSERING OG INNTAKSMÅTER

En vanlig brukerdose ligger på omkring 1-3 gram, avhengig av stoffets renhet, brukerens erfaring med GHB, samt hvor sterk rusvirkning man ønsker å oppnå. Dette tilsvarer gjerne mengden væske i en bruskkork, som enten drikkes bar, eller blandet ut i annen væske.

Siden GHB ofte er framstilt av «hobbykjemikere», er det vanskelig å vite eksakt hvor sterkt stoffet er. Dermed kan «en kork» noen ganger være en vanlig brukerdose, mens det andre ganger vil kunne gi en overdose. Det er med andre ord et svært lite skille mellom en brukerdose og en potensiell overdose.

Generelt bør man være særlig forsiktig ved bruk av GBL eller 1,4-BD, da disse kan være enda vanskeligere å dosere korrekt sammenlignet med GHB.



HVORDAN VIRKER GHB?

GHB-rusen påvirkes av forventninger, hvor mye man har prøvd før, stoffets renhet, hvor mye man tar og på hvilken måte. Ved en vanlig brukerdose inntreffer rusvirkningen omkring 15-30 minutter etter inntak, og varer normalt i 3-5 timer. GHB gir en dempende rus som på mange måter ligner alkohol, selv om det også har enkelte ulikheter fra alkohol. Typiske rusvirkninger inkluderer avslappethet, svekket koordinasjon, kritikkløshet og en følelse av lykke.



FORHOLDS- REGLER OG TRYGGERE BRUK

For å redusere risikoen for uønskede skadevirkninger bør man ta disse forhåndsreglene om man skal bruke GHB:

- Begynn med en liten dose.
- Ikke drikk rett fra flasken.
- Ikke bland GHB med alkohol eller andre dempende stoffer.
- Vær oppmerksom på at virkningen normalt bruker 15-20 minutter på å inntreffe. Ikke ta nye doser dersom du ikke kjenner noen effekt etter kort tid.
- Ikke ta GHB etter å ha spist. Da er rusen vanskeligere å kontrollere, og det er lettere å ta en overdose.
- Ta aldri GHB når du er alene! Ha med deg noen du stoler på og som ikke er ruset, i tilfelle du trenger hjelp.



GHB OG ANDRE RUSMIDLER

- Blanding av GHB og alkohol eller andre dempende stoffer frarådes sterkt, da dette vil kunne øke risikoen for en overdose betraktelig.
- Blanding av GHB med sentralstimulerende stoffer bør også unngås. Dette vil kunne gi uforutsigbare resultater, og en «falsk trygghet» om at du tåler mer GHB enn hva du egentlig gjør, ettersom du føler deg oppkvikket på grunn av de stimulerende stoffene.

Bivirkninger og avhengighet

Hvis du er gravid, har en diagnose eller går på medisiner kan dette påvirke effekten og skadevirkningene av GHB. Vilt derfor hvordan det rusmiddelet du vil bruke kan påvirke deg og din situasjon.

Følgende mulige bivirkninger gjelder GHB inntatt uten å blande med andre rusgivende stoffer eller legemidler. Blandingsbruk kan gi uforutsigbare og alvorlige bivirkninger.

Bivirkninger

Mulige akutte bivirkninger inkluderer kvalme, brekninger, svimmelhet, akutt tretthet og delvis eller fullstendig tap av koordinasjon. Fordi GHB vanligvis ikke er fremstilt profesjonelt av legemiddelfirmaer, men av «hobbykjemikere», kan du være uheldig og få en blanding som inneholder lut og som har en etsende effekt i munn og hals. Drikket man rett fra flasken, eller uten å blande med annen væske, kan man dermed få store etseskader.

Overdosesymptomer inkluderer bevisstløshet, nedsatt hjerterytme og blodtrykk, ufrivillig vannlating, muskelkramper, og i ytterste konsekvens pustestans og død. Derfor er det særlig viktig at personer med hjerteproblemer, lavt eller høyt blodtrykk, pustebesvær eller epilepsi ikke bruker GHB.

Avhengighet

GHB kan potensielt være vanedannende ved regelmessig bruk. Dersom du har et høyt og regelmessig forbruk av GHB, vil abstinensplager som regel oppstå dersom man slutter brått. Typiske abstinensplager inkluderer angst, søvnvansker, kvalme, kramper, skjelving, svetting og forvirring.



BROSJYREN ER UTARBEIDET
MED STØTTE FRA
HELSEDIREKTORATET.



UTESEKSJONEN
HJELP NÅR DU TRENGER DET



KORUS
OSLO



www.rustelefonen.no
tlf. 915 08588



BLOD-, SPYTT- OG URINPRØVER

GHB kan vanligvis spores i blod- og spyttprøver i noen timer, og kan vanligvis spores i urinprøver i opptil ett halvt døgn etter inntak. Merk at det kan forekomme betydelige individuelle variasjoner når det gjelder slik rustesting.



GHB OG LOVGIVNING

GHB, GBL og 1,4-BD er oppført på Narkotikalisten, og er forbudt etter Narkotikaforskriften § 5. Bruk og besittelse straffes etter Legemiddeloven § 24. Vanlige straffereaksjoner er forelegg og/eller fengsel, avhengig av beslaglagt mengde samt alvorlighetsgrad generelt. Merk at dette regelverket kan endre seg over tid.

Bilkjøring og helsekrav til førerkort

Bruk av GHB, uansett om du aldri kjører ruspåvirket, vil kunne medføre at du midlertidig mister førerretten. Egentlig skal legen vurdere at bruken medfører økt trafikksikkerhetsrisiko for at den skal omfattes av bestemmelsen, men i praksis er det nærmest nulltoleranse på dette området.

Dersom du etter inntak av GHB blir tatt for ruspåvirket kjøring, vil bøter, inndragelse av førerkort og/eller fengsel være mulige straffereaksjoner. Straffen vil være avhengig av påvirkningsgrad og sakens alvorlighetsgrad generelt.

Hva gjør jeg hvis noen kollapser?

- **Ring 113!**
- Sjekk puls og pust.
- Dersom personen puster: Legg vedkommende i stabilt sideleie.
- Hvis ikke: Start hjerte- og lungeredning. Om du er usikker på førstehjelp, ta kontakt med noen som kan det, eller få veiledning fra nødtelefonen.
- Ikke forsøk å gi drikke til noen som er bevisstløs!
- Når ambulansen kommer, fortell hva slags stoff vedkommende har tatt.
- Ikke forlat personen selv om du er redd for å bli innblandet i noe! Husk at helsepersonell har taushetsplikt.

Opplever du problemer knyttet til rusbruk?

Dersom du opplever problemer knyttet til din rusbruk, anbefaler vi at du kontakter din lege, eller rustjenestene i din kommune, for en samtale og eventuell videre oppfølging.

Du kan også kontakte Rustelefonen anonymt dersom du har spørsmål på tlf. 915 08588 eller www.rustelefonen.no.