

Medikamente und Mischkonsum

Informationen für Fachpersonen im Bereich
Sucht

—

Informationsblatt

In Kooperation mit weiteren Partnern



Sucht Schweiz ist das nationale Kompetenzzentrum für Prävention, Forschung und Wissensvermittlung im Suchtbereich.



Zürcher Fachstelle zur Prävention des Suchtmittelmissbrauchs

Impressum

Herausgeberin

Infodrog
Schweizerische Koordinations- und Fachstelle Sucht
CH-3007 Bern
+41(0)31 376 04 01
office@infodrog.ch
www.infodrog.ch

Autoren

Marc Marthaler, Infodrog
Alwin Bachmann, Infodrog

Lektorat

Sandra Bärtschi, Infodrog
Domenic Schnoz, ZFPS
Annett Niklaus, UZH
Sabine Dobler und Marie-Noëlle McGarrity, Sucht Schweiz
Dominique Schori, Saferparty Streetwork

© Infodrog 2023

Medikamente & Alkohol oder andere psychoaktive Substanzen – ein gefährlicher Mix

In letzter Zeit mehren sich die Medienberichte zu Jugendlichen, die einen gefährlichen Cocktail von Medikamenten – meist in Kombination mit Alkohol – einnehmen. Medikamente können berauschend wirken, weshalb einige Jugendliche auch mit ihnen experimentieren. Aber das kann tödliche Folgen haben. Einzelne Fachleute vermuten einen Zusammenhang mit der Popularität gewisser Musikstile wie Hip-Hop oder Trap-Sound, in denen der Substanzgebrauch offen thematisiert und bisweilen auch glorifiziert wird. Auch soziale Medien wie Instagram und TikTok könnten die Jugendlichen beeinflussen. Über die Motive der Jugendlichen, mit Medikamenten zu experimentieren, ist noch wenig bekannt.

Die Facts

Zwischen 2006 und 2018 hat sich die Zahl der 15-jährigen Jungen, die schon einmal ein Medikament mit dem Ziel sich zu berauschen genommen haben, von 1.6 % auf 4.5% beinahe verdreifacht. Bei den 15-jährigen Mädchen ist kein klarer Trend erkennbar. Während der Medikamentenkonsum bei den Mädchen 1998 mehr als doppelt so hoch war wie bei den Jungen (4.8% vs. 1.9%), hat es in den folgenden Jahren einen Abwärtstrend gegeben, der jedoch 2014 stoppte. Inzwischen gibt es kaum mehr Unterschiede zwischen den Geschlechtern. Gemäss der HBCS-Studie (2018) hat fast jede/r 20. Schüler:in im Alter von 15 Jahren zumindest einmal Medikamente probiert mit dem Ziel, sich zu berauschen, also im Schnitt ein/e Schüler:in pro Klasse.¹ Diese Zahlen sind aus methodischen Gründen zwar mit Vorsicht zu interpretieren, jedoch weisen auch verschiedene Rückmeldungen von Fachpersonen darauf hin, dass der Medikamentenkonsum bei Jugendlichen zunimmt.

Weitere Erkenntnisse zum Medikamentenkonsum bei jungen Menschen finden sich in lokal durchgeführten Studien.² Aus der für den Grossraum Zürich repräsentativen z-proso-Studie³ geht hervor, dass die Prävalenz des Medikamentenkonsums (nicht verschrieben) sowie auch weiterer Substanzen bei jungen Erwachsenen deutlich höher liegt als in den nationalen Studien: So gaben 12.7% an, im letzten Jahr Codein konsumiert zu haben; bei Benzodiazepinen waren es 5% und bei opioidhaltigen Schmerzmitteln 4.6%. Weiter wurde in der Zürcher Jugendbefragung 2021⁴ erstmals der nicht-verschriebene Konsum rezeptpflichtiger Medikamente sowie der Polysubstanzkonsum bei Schüler:innen der 9. und 11. Klassen erfasst. Insbesondere der Anteil von Schüler:innen der 9. Klassen, welche Opioidschmerzmittel im letzten Jahr konsumiert hatte, ist mit 10.3% erstaunlich hoch und darüber hinaus höher als bei den Schüler:innen der 11. Klassen. Die Studienautor:innen werten die höheren Anteile bzgl. opioidhaltigen Schmerzmitteln bei jüngeren Schüler:innen als Hinweis für eine mögliche zunehmende Verbreitung des nicht-medizinischen Konsums von Opioiden in der jüngeren Generation.

Die Substanzen

Medikamente, die zur Berauschung eingenommen werden können, sind vor allem Schlaf- und Beruhigungsmittel (Benzodiazepine), starke Schmerzmittel (Opioide) und Medikamente zur Behandlung von ADHS, die alle legal nur auf ärztliche Verschreibung bezogen werden können. Aber auch Arzneimittel wie Hustensäfte, die Codein – ebenfalls ein Opioid – oder Dextromethorphan enthalten, werden eingenommen, um «high» zu sein. Die Abgabe von codein- und dextromethorphanhaltigen Arzneimitteln wird mit der Revision des Heilmittelgesetzes (2019) strenger reglementiert. Die neue Regelung ist seit 2022 in Kraft und setzt ein obligatorisches Beratungsgespräch und die Dokumentation der Abgabe durch eine Medizinalperson (Arzt/Ärztin oder Apotheker/Apothekerin) vor der Abgabe voraus.

- **Benzodiazepine**
Xanax® (Alprazolam), Rivotril®/Tranxilium® (Clonazepam), Dormicum® (Midazolam), Valium® (Diazepam), Temesta® (Lorazepam), Lexotanil® (Bromazepam), Seresta® (Oxazepam), etc.
- **Opiode**
Oxycodon, Tramadol, Makatussin® (Codein), Valoron® (Tilidin), etc.
- **Medikamente zur Behandlung von ADHS**
Ritalin®, Concerta® (beide Methylphenidat), etc.
- **Andere**
Bexin® (enthält Dextromethorphan DXM), Diphenhydramin (DPH), Cipralext® (Escitalopram), Lyrica® (Pregabalin), etc.

Opiode und Benzodiazepine werden sowohl allein oder gemeinsam mit anderen Medikamenten als auch mit Alkohol, Cannabis und weiteren illegalen Substanzen gemischt eingenommen. Codein und Dextromethorphan, die in dokumentationspflichtigen Hustensäften, wie z.B. Makatussin® bzw. Bexin® enthalten sind, werden unter anderem als *Purple Drank* oder *Lean* (beides Mischungen aus Hustensaft und Limonade und je nachdem noch weitere Zutaten) eingenommen.

Ob daheim aus dem Apothekenschrank, online oder im Darknet, von Freund:innen oder vom Schwarzmarkt – die möglichen Bezugsquellen sind vielfältig. Während Ritalin als «Wachmacher» konsumiert wird, steht bei Benzodiazepinen vermutlich mehr die sedierende Wirkung («chillen») und bei Opioiden zudem die euphorisierende Wirkung im Vordergrund. Möglicherweise konsumieren einige Jugendliche diese Substanzen auch, um ein psychisches Unwohlsein auszugleichen. Über die genauen Motive und Risikoeinschätzungen der Konsumierenden fehlt jedoch zurzeit weitgehend das nötige Wissen. Erste Resultate einer Online-Befragung des Instituts für Sucht- und Gesundheitsforschung (ISGF) der Universität Zürich zum Mischkonsum (nur zum Teil mit Medikamenten) zeigen, dass 14- bis 20-Jährige oft nicht über die Risiken informiert sind und auch Drug Checking-Angebote für auf dem Schwarzmarkt gekaufte Substanzen nicht in Anspruch nehmen (können). Der Mischkonsum erfolge nach Eigenangaben mehrheitlich, weil es Spass mache, bei einigen aber auch zur Gefühlsregulation.

Die Gefahren

Wenn gleichzeitig Medikamente, Alkohol und unter Umständen noch andere psychoaktive Substanzen oder Medikamente konsumiert werden, können sich diese Substanzen gegenseitig verstärken, was schnell zu einer Überdosierung führen kann. Die Wechselwirkungen sind unberechenbar und je mehr Substanzen eingenommen werden, desto unvorhersehbarer sind die Wirkungen. Der Konsum von Benzodiazepinen oder Opioiden – unter Umständen gemischt mit Alkohol – kann dazu führen, dass die Risikobereitschaft stark ansteigt. Damit steigt unter Umständen auch die Bereitschaft, weitere psychoaktive Substanzen einzunehmen oder zu mischen. Die Einnahme von Benzodiazepinen (sowie auch die Kombination mit Alkohol) kann zudem eine Amnesie, d.h. Gedächtnisverlust verursachen, weshalb sich Konsumierende teils nicht mehr an die bereits eingenommenen Dosierungen erinnern.

- **Benzodiazepine oder Opiode mit Alkohol**
Benzodiazepine mit Opioiden
Benzodiazepine oder Opiode mit GHB oder Ketamin

Lebensgefahr!

Die Wirkungen verstärken sich gegenseitig, haben oft Übelkeit zur Folge mit dem Risiko, am eigenen Erbrochenen zu ersticken. Die Wechselwirkungen können zur Bewusstlosigkeit und verlangsamter Atmung bis hin zu einer Atemlähmung und damit zum Tod führen.

- **Benzodiazepine und/oder Opioide mit Kokain/Speed**

Diese Kombination belastet den Körper und das Herz-Kreislaufsystem extrem. Die Wirkungen können sich gegenseitig derart überdecken, dass sie subjektiv schwächer empfunden werden. Beim Nachlassen der Wirkung der einen Substanz kann sich die Wirkung der anderen stark erhöhen. Dadurch kann es verzögert zu einer Überdosierung kommen.

Bei Benzodiazepinen und Opioiden besteht bereits nach wenigen Wochen die Gefahr einer psychischen und körperlichen **Abhängigkeit mit schweren Entzugserscheinungen** beim Absetzen. Wenn ein Medikament legal ist, heisst das nicht, dass es nicht auch abhängig machen kann. Die langfristigen Risiken sind zudem u.a. Abstumpfung (Interesselosigkeit), Konzentrationsschwierigkeiten, verminderte Gedächtnisleistung, Müdigkeit sowie Probleme mit Familie und Freunden, mit dem Arbeitgeber oder der Schule.

Bei Medikamenten, die auf dem **Schwarzmarkt** bezogen werden, ist die Gefahr gross, dass die Medikamente etwas anderes enthalten als erwartet. Es können andere Stoffe als deklariert enthalten sein, die eine Gefahr für die Gesundheit bedeuten. Dies kann beispielsweise auch bei Online-Apotheken der Fall sein, die vordergründig seriös wirken. Jugendliche, die Medikamente von Freunden beziehen, sind sich manchmal nicht bewusst, aus welcher Quelle sie stammen. Auch wenn die Packung und die Tabletten «echt» aussehen, ist nicht immer das drin, was draufsteht.

Prävention, Früherkennung/-intervention und Schadenminderung

Das, was für die Prävention von anderen Suchtmittelproblemen gilt, lässt sich auf die Prävention und die Früherkennung von Medikamentenmissbrauch übertragen. Erwachsene Bezugspersonen (Eltern, JugendarbeiterInnen und Lehrpersonen etc.) spielen eine wichtige Rolle. Für die Prävention sind insbesondere eine klare Haltung, die Vorbildfunktion im Umgang mit Medikamenten, das Bescheidwissen über und Interesse an Aktivitäten Jugendlicher wichtig. Es kann davon ausgegangen werden, dass die Stärkung von Lebenskompetenzen (z.B. Stressbewältigung, Emotionsregulierung) wie bei anderen Suchtmittelproblemen auch zur Prävention von Problemen mit Medikamenten beiträgt.

Bei Medikamenten dürfte die Legalität resp. die Einordnung als «Heilmittel» die Risikowahrnehmung beeinflussen. Entsprechend braucht es Information und Aufklärung. Zudem ist es wichtig, dass Jugendliche zu Hause keinen Zugriff haben auf psychoaktive Medikamente, welche unter Umständen den Eltern verschrieben wurden oder in der Hausapotheke gelagert werden.

Werden auffällige, besorgniserregende Veränderungen im Verhalten von Jugendlichen (z.B. schulische Leistung, allgemeine Stimmung) erkennbar, sind Massnahmen zur Frühintervention wichtig. Diese umfassen Gespräche mit Jugendlichen, das Ansprechen des Themas Medikamente oder Inanspruchnahme von Hilfsangeboten (Suchtberatung, Jugendberatung, Erziehungsberatung).

Je nach Zielgruppe sind andere Präventionsbotschaften auf Verhaltensebene wichtig

Bei Jugendlichen, die vermutlich keinen Kontakt mit psychoaktiven Medikamenten hatten:

- Keine Medikamente zu Rauschzwecken einnehmen. Die Wirkung ist schwer zu kontrollieren und die Risiken zu hoch.
- Bei psychischem Unwohlsein keine Medikamente ohne ärztliche Begleitung einnehmen und alternative Therapieformen mit dem Arzt / der Ärztin besprechen.
- Sich an erwachsene Vertrauenspersonen oder (anonyme) Hilfsangebote (vgl. unten) wenden, wenn im Freundeskreis Medikamente als Rauschmittel eingenommen werden, und man nicht

recht weiss, wie man sich enthalten kann oder Freund:innen unterstützen kann, um die man sich sorgt.

Bei Jugendlichen, die bereits konsumieren, oder mit hoher Wahrscheinlichkeit konsumieren werden:

Wenn immer möglich sollte das Ziel sein, den Konsum (wieder) bleiben zu lassen. Die Begleitung durch Fachpersonen kann helfen, Jugendliche, die sich grösseren Risiken aussetzen, und deren Eltern zu begleiten. Um eine grössere Gefährdung zu vermeiden, können folgende schadensmindernde Botschaften wichtig sein:

- **Keine Medikamente unklarer Herkunft einnehmen.** Wenn dennoch Substanzen unklarer Herkunft konsumiert werden: Die Substanz vor dem Konsum analysieren lassen – Drug Checkings gibt es in der Schweiz in Basel, Bern, Biel, Genf, Lausanne, Luzern und Zürich: www.safezone.ch/substanzwarnungen.html
- **Auf Mischkonsum (Alkohol, andere Medikamante, illegale Substanzen) generell verzichten.** Wenn dennoch gemischt wird: Informationen zur Kombination zweier Substanzen einholen: www.combi-checker.ch
- **Immer zunächst nur kleine Mengen antesten und die volle Wirkung der Substanz abwarten.** Es reagieren nicht alle gleich auf ein Medikament. Was für die eine Person noch erträglich ist, kann für eine andere bereits zuviel sein. Bei Mädchen und Frauen kommt es ausserdem aufgrund des meist niedrigeren Körpergewichts in aller Regel bei gleicher Dosis zu einer stärkeren Wirkung als bei Männern. Sie sollen darum kleinere Dosen einnehmen als Männer.
- **Nie allein konsumieren** und FreundInnen oder KollegInnen über alle Substanzen informieren, die eingenommen werden, damit sie bei Komplikationen den Notfall rufen können und der Arzt/die Ärztin schnell und richtig reagieren kann.

Informations- und Hilfsangebote

- Anonyme und kostenlose Online-Suchtberatung: www.safezone.ch
- Informationen für Jugendliche: www.feel-ok.ch/
- Telefon- und Onlineberatung für Jugendliche: www.147.ch
- Info-Materialien von Sucht Schweiz: <https://shop.addictionsuisse.ch/de/24-medikamente>

¹ Quelle: Health Behaviour in School-aged Children (HBSC), Suchtmonitoring Schweiz

<https://www.suchtmonitoring.ch/de/6/1-4.html?schlaf-und-beruhigungsmittel-pravalenz-gebrauch-bei-jugendlichen> (Zugriff am 13.10.2020)

² Eine Übersicht über die Forschungslage sowie Empfehlungen für die Praxis finden sich unter:

Infodrog (Hrsg.) (2022): Jugendliche mit Medikamenten- und Mischkonsum: Situations- und Bedarfsanalyse. Infodrog: Bern.

<https://www.infodrog.ch/de/aktivitaeten/mischkonsum.html> (Zugriff am 13.10.2020)

³ Quednow, B.B./ Steinhoff, A./Bechtiger, L./Ribeaud, D./Eisner M.P./Shanahan, L. (2022): High Prevalence and Early Onsets: Legal and Illegal Substance Use in an Urban Cohort of Young Adults in Switzerland. Eur. Addict. Res. 28(3): 186-198.

⁴ Ribeaud, D./Loher, M. (2022). Entwicklung von Gewalterfahrungen Jugendlicher im Kanton Zürich 1999-2021. Forschungsbericht. Zürich: Jacobs Center for Productive Youth Development, Universität Zürich.