

Xannies, Lean und Oxys - Benzodiazepine und medizinische Opioide bei jungen Menschen

Prof. Dr. Bernd Werse

Unter Mitarbeit von Jennifer Martens und Gerrit Kamphausen

Tagung: Substanzkonsum bei Jugendlichen –
News aus Forschung und Praxis

Bern, 29.1.2026



Hintergrund: Benzodiazepine und Opioide

Benzodiazepine („Benzos“)

z.B. Alprazolam (Xanax®), Diazepam (Valium®), Lorazepam (Tavor®), Clonazepam (Rivotril®)

Wirken angstlösend, beruhigend, muskelrelaxierend, schlaffördernd

Einsatzgebiete: vor OPs, Beruhigungsmittel, gegen Angststörungen u.a.

Problematischer Konsum v.a. unter älteren Menschen

Opioide

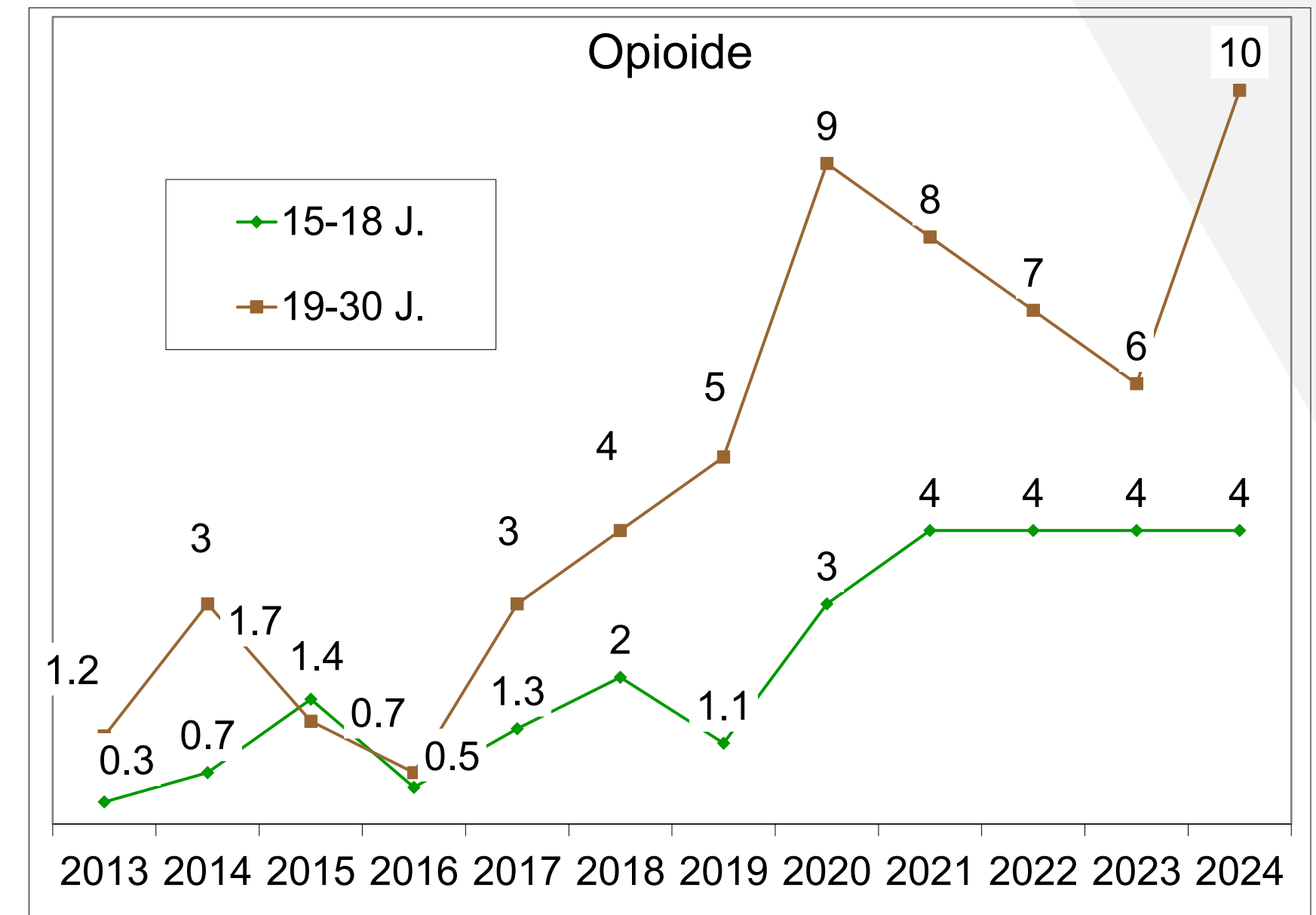
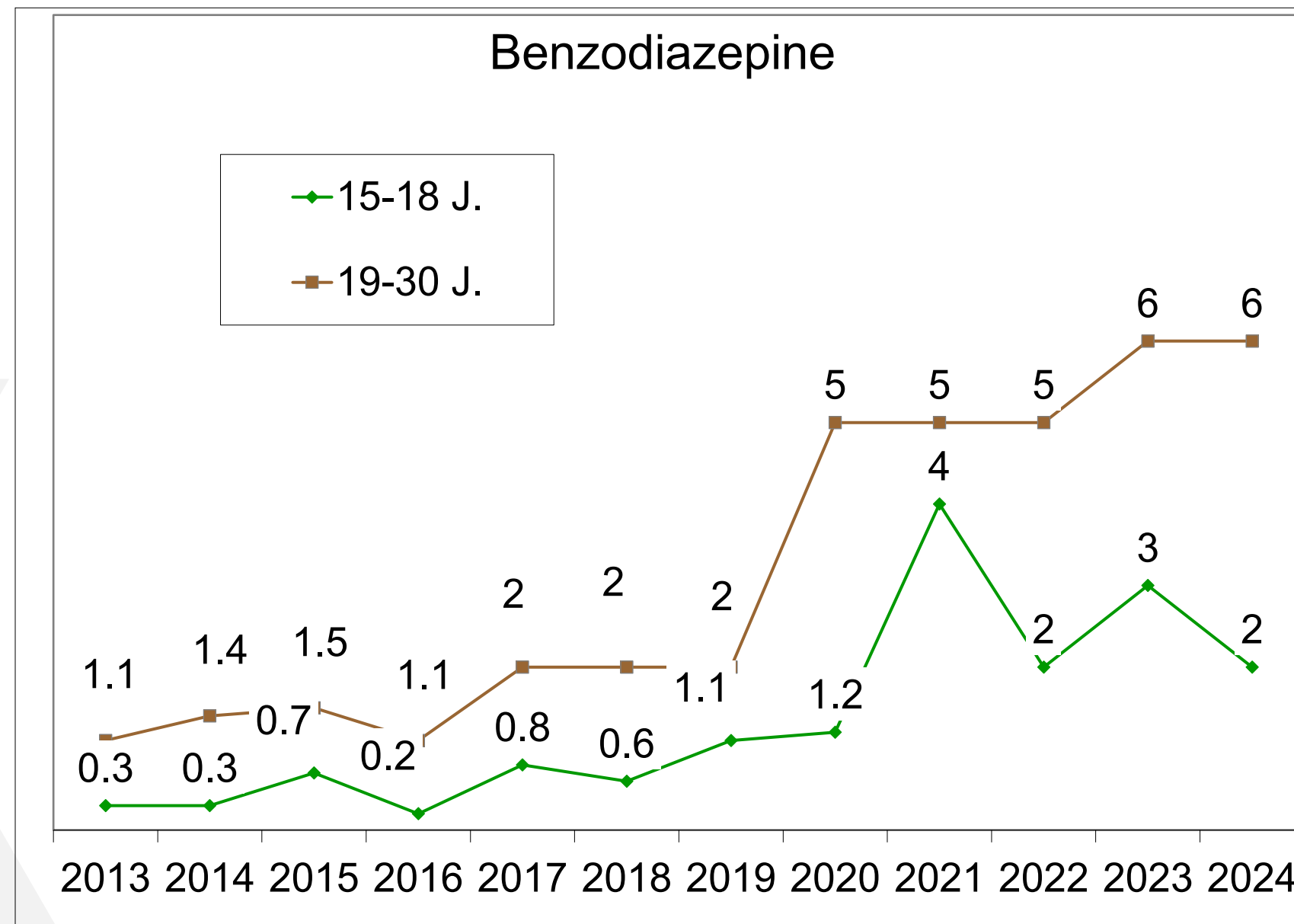
Strukturell & wirkungsmäßig dem Morphin ähnlich, u.a. auch Heroin oder Fentanyl

Hier von Bedeutung: v.a. schwächer wirksame Opioide, z.B. Tilidin oder Codein

Zumeist als starke Schmerzmittel eingesetzt

Beiden Stoffgruppen gemein: Potenzial für körperliche Abhängigkeit und Überdosisrisiko, besonders bei Mischkonsum

Lebenszeitprävalenz von Benzodiazepinen und Opioiden unter 15- bis 18-Jährigen sowie 19- bis 30-Jährigen aus der Frankfurter MoSyD-Schulbefragung nach Turnus (%)



19- bis 30-Jährige: nicht im engeren Sinne repräsentativ, aber aussagekräftig, was den Turnusvergleich betrifft. Angaben unter 2% sind mit einer Nachkommastelle dargestellt.

Projekt “BOJE” (Benzodiazepin- und Opioidkonsum unter Jugendlichen und jungen Erwachsenen)

- Gefördert durch das Bundesministerium für Gesundheit
- Von Ende 2022 bis Ende 2023
- Zwei (Haupt-) Forschungsmodule:
 - **Onlinebefragung**, an alle gerichtet, die Erfahrungen mit illegalen Substanzen und/oder psychoaktiven Medikamenten haben
 - **15 qualitative Interviews**, 16-30 Jahre (10 m, 5 w), Zielgruppe: Personen mit Konsumerfahrung, die nicht in “offene” Drogenszenen involviert sind
- Ziele:
 - Erkenntnisse zu Verbreitung, Hintergründen, Konsummotiven, Problemen u.a.
 - Empfehlungen zur Prävention

Onlinebefragung: Stichprobe

- Selektive Stichprobe: drogenaffine Personen
- Anzahl Befragte (14-30 J.): n=1.151
- 630 von ihnen haben entweder Benzo- (41%) oder Opioiderfahrung (42%)
- 75% männlich, 22% weiblich, 3% divers; Ø= 24 Jahre
- Relativ gleichmäßig über Deutschland verteilt
- Vergleichsweise hohe Bildung

Onlinebefragung: Substanzkonsum unter jenen mit Benzo- und/oder Opioiderfahrung (%)

	Lebenszeit	30 Tage
Cannabis	100	77
Opioide	78	31
Benzodiazepine	75	32
„Lean“	49	9
Ecstasy/MDMA	89	24
Speed/Amphetamin	85	35
Kokain	82	34

- Opioide, Lebenszeit: Tilidin 36%, Codein 27%, Tramadol 24%, Oxycodon 19%
- Benzos, Lebenszeit: Alprazolam 28%, Diazepam 27%, Lorazepam 26%

Onlinebefragung: Konsummuster

- Generell: sehr unterschiedliche Gebrauchsmuster von gelegentlich bis abhängig
- Relativ häufig: Mischkonsum mit Alkohol (z.B. haben 70% der Benzo-Erfahrenen diese schon einmal mit Alkohol konsumiert)

Onlinebefragung: Häufigste Konsummotive

	Benzodiazepine (n=473)	Opioide (n=486)
Weil es sich körperlich sehr gut anfühlt	45	57
Um mich besser entspannen zu können	49	49
Um den Alltag zu vergessen und abzuschalten	46	42
Um besser schlafen zu können	51	32
Um Glücksgefühle zu erleben	32	45
Um Angstzuständen entgegenzuwirken	43	23
Für besseres gesundheitliches Wohlbefinden/ Selbstmedikation	32	27
Um von anderen Drogen runterzukommen	39	18

Onlinebefragung: selbst erlebte Probleme (unter Konsumerfahrungen, Auswahl)

- Akute Probleme: 13% Kreislauf, 12% Erbrechen, aber auch 4% Bewusstlosigkeit, 4% Delirium, 1% Atemstillstand
- 14% haben mindestens einmal Abhängigkeit/Entzug/Craving erlebt

Onlinebefragung: popkulturelle Bezüge

- Techno/House etc. noch etwas beliebter als Rap (deutsch/international/Trap)
- Nennenswerte Anteile der Konsumerfahrungen geben einen direkten Zusammenhang mit Jugendkultur an; z.B.:
 - „Ich mag es, wenn in Musikvideos Drogen präsentiert oder konsumiert werden“ – 34%
 - „Ich bin durch bestimmte Rapper*innen oder Musiker*innen auf bestimmte Drogen aufmerksam geworden“ – 27%

Qualitative Befragung: Konsummuster

- Typisches Setting für Opioide: gemeinsam mit Freunden, zuhause oder draußen, oft mit Alkohol und/oder Cannabis
- Kein typisches Setting für Benzodiazepine

Qualitative Befragung: Mischkonsum

„...habe es dann auch oft mit Alkohol gemischt. Das ist gar nicht gut, im Nachhinein.. Habe ich mich auch, weil Alkohol und Tilidin, das ist so, entgegen, wie nennt man das, verstärkt sich gegenseitig und ich habe mich dann danach informiert, was auch wieder dumm war, weil das hätte ich auch davor machen müssen“ (Snenz, 17 J.)

„Alkohol habe ich am Anfang mit Tilidin gemischt, aber dann hat so ein Freund von mir gesagt, dass man das auf gar keinen Fall machen soll. Ja, dann haben wir nur noch gekifft und Tilidin oder Alprazolam dazu genommen.“ (Lana, 17 J.)

Qualitative Befragung: Einfluss von Rap

„Es gibt einen Song, der heißt Tilidin. (I: Von Capital Bra?) Ja. Das fanden wir halt... Das, in diesem, mäßig, in diesem Film zu sein von diesem Lied da, das heißt, es gibt eine Art, ein anderes Gefühl, weil dann fühlt man sich wie in diesem Song. Ähm, (...) Ich glaube, ich habe auf jeden Fall Tilidin daher kennengelernt. Also das hörste, hört man ja sehr oft in den Songs, und dann irgendwann fragt man sich, was das ist.“ (DS, 17 J.)

„Ich höre schon Rap, auch wo die darüber (Drogen) singen. Ich finde schon... Also es macht es halt alles so ein bisschen normaler würde ich sagen. Ja, es macht es nicht so abschreckend jetzt. Wie keine Ahnung. Wenn man an Heroin denkt und Hauptbahnhof. Das ist ja noch mal was anderes. Ja, es ist schon ein bisschen normalisiert.“ (Lana, 17 J)

Qualitative Befragung: (Techno-)Party

Obwohl „nur“ 37% in der Onlinebefragung das „Runterkommen“ von anderen Drogen als Motiv für Benzo-Konsum nannten, scheint es durchaus wichtig zu sein:

„Ich habe sehr viel mit Leuten zu tun bzw. zu tun gehabt, die viel feiern gehen und so, und Benzos waren ein sehr wichtiger Aspekt beim Schlafen gehen. Ich habe sehr viele Menschen kennengelernt, die die Wirkung Null interessiert und nie diese Angstgelöstheit gebraucht haben oder das aus Trend gemacht haben oder wie bei Alkohol dieses ScheißBegal-Gefühl wollten, sondern weil die sehr viel Amphetamin oder Meth oder Kokain konsumiert haben und auch eine Arbeit hatten, die die täglich gemacht haben und nur so strukturiert bekommen haben und sonst durchgemacht hätten. Das ist auf jeden Fall ein wichtiger Aspekt.“ (Philipp, 21)

Qualitative Befragung - Wichtige Motive: Alltagsbewältigung und Selbstmedikation

„[Alprazolam] ...sehr angstlösend und da war mir dann auch bewusst, dass ich unter sozialen Ängsten leide. Und da hab ich (...) gemerkt, wie so gewisse Sorgen, Gedanken und Ängste dadurch verschwinden“ (Felix, 25)

„Es fühlt sich bei mir auf Tilidin einfach an, als wären meine Depressionen weg. (...) Also bei Gras in ner leichten Stärke, würde ich auch sagen, aber bei Tilidin einfach so, als wär‘ es komplett weg. (...) Ich habe ein sehr, sehr, sehr starkes Verlangen. Und kann fast nur noch daran denken.“ (Tim, 16)

Während es sich hier um klare Fälle von Selbstmedikation handelt, gibt es insbesondere bei Benzos einen großen Graubereich für funktionalen Konsum (z.B. zeitweilige Angstbekämpfung), teilweise in Assoziation mit krisenhaften Zeiten

Qualitative Befragung - Bezugsquellen

Auch hier werden v.a. Freund*innen/Bekannte genannt, teils ohne zu wissen, woher diese die Substanzen haben, auffällig oft aber von älteren Verwandten:

„Dann kam ein neuer Freund sozusagen in die Freundesgruppe von uns rein und dessen Vater bekommt Tilidin verschrieben, sehr viel auch und auch 200 Milligramm, also die stärksten Tabletten, und der hat uns dann ab und zu welche gegeben kostenlos oder gegen einen kleinen Geldbetrag einfach (...) manchmal hatte der Vater dann nichts mehr da oder so, da muss man halt immer schauen, wie viel da ist und wie viel er uns gibt einfach. (...) (I: Also dieser Vater hat das verschrieben bekommen und äh, sein Sohn ihm das quasi...) Geklaut. (I: Geklaut, und das hat den Vater jetzt auch nicht groß gestört?) Er hat das nicht gemerkt. (...) Gut, seine Eltern haben es irgendwann gemerkt und haben dann auch das Tilidin versteckt. Er hat es trotzdem sich rausgenommen, das Versteck gefunden und einfach weiter gemacht sozusagen. Aber ja, er beklaut ihn immer noch“ (Tim, 16 J.)

Ansonsten wurden zahlreiche Möglichkeiten zur Versorgung angegeben. Zu beachten ist dabei, dass viele Benzodiazepine und Opioide in geringen Dosen nicht dem BtmG unterliegen.

Fazit

- Anteil junger Menschen, die Sedativa probieren, hat von sehr niedrigem Niveau ausgehend zugenommen, u.a. durch Präsenz im Rap – zumeist bei ohnehin drogenaffinen Personen
- Bereits zuvor: Benzos als funktionale Droge in Partyszenen
- Hohe Bedeutung von funktionalem Konsum: Alltagsbewältigung, Selbstmedikation → etwas wichtiger als Spaß-/Genuss-Motive
- Große Mehrheit der Probierer entwickelt keinen regelmäßigen oder gar problematischen Gebrauch
- Kleiner Teil der KonsumentInnen erlebte teils schwerwiegende akute Probleme, teils auch Abhängigkeit
- Regelmäßiger Konsum entwickelt sich meistens vor dem Hintergrund psychischer Problemlagen

**Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!**