

## Was erwartet Sie?

In der offenen Gruppe werden u.a. die folgenden Themenbereiche besprochen:

- Körperliche und psychische Wirkungen
- Risiken und Schädigungen
- Leistungssteigerung
- Drogen und Sexualität
- Risikosituationen
- Selbstkontrolle
- Psychische Abhängigkeit
- Körperliche Abhängigkeit
- Therapiemöglichkeiten
- Selbsthilfe

**Die Teilnahme ist kostenfrei !**

Neben den vielfältigen Angeboten in unseren Drogenhilfezentren bieten wir auch eine Gruppe für Konsumierende von Kokain und/oder Amphetaminen an.

Die Gruppe findet dienstags von 18:00 bis 19:00 Uhr im Drogenhilfezentrum Mitte statt.

Bei Interesse sprechen Sie uns bitte an oder vereinbaren Sie einen Beratungstermin

Drogenhilfezentrum Mitte  
Sporlederhaus  
Bürgermeister-Smidt-Str. 35,  
28195 Bremen  
Telefon: 0421 – 98979-0  
Fax: 0421 98979-30  
E-Mail: [info@ash-bremen.de](mailto:info@ash-bremen.de)  
[www.ash-bremen.de](http://www.ash-bremen.de)

Das Sporlederhaus liegt im Zentrum Bremens in fußläufiger Entfernung zum Hauptbahnhof und hat eine Straßenbahnhaltestelle der Linie 10 direkt vor dem Haus. Ein Parkplatz mit mehreren Stellplätzen befindet sich hinter dem Haus.



für  
**Kokain- u.  
Amphetamin  
Konsumierende**



# Kokain

**Kokain** gilt als die stimulierende illegale Droge schlechthin. Das Schnupfen von Kokain kann euphorisch und kontaktfreudig machen und das Gefühl geben, zu allem fähig zu sein. Wirkung und Risiken für die Gesundheit sind jedoch unvorhersehbar.

**Starke Wirkung** Kokain setzt den Körper unter Hochdruck: Es verengen sich die Blutgefäße, die Körpertemperatur steigt und das Herz schlägt schneller.

Dies kann zu Herzinfarkten, Hirnschlägen bis hin zu einer tödlichen Überdosis führen. Die aufputschende Wirkung bei gleichzeitiger Unterdrückung von Hunger und Müdigkeit führt zu einer starken Erschöpfung des Körpers.

**Kurze Wirkung** Die Wirkung tritt schnell und stark

ein und dauert etwa 30 bis 90 Minuten. Bei anderen Konsumformen wie Rauchen (Crack) oder Spritzen ist die Wirkung noch stärker und sehr kurz. Dadurch steigt die Wahrscheinlichkeit für wiederholten Konsum und für die Entwicklung einer Abhängigkeit.

**Danach: das Tief** Bei nachlassender Kokainwirkung dauert es, bis sich das Gehirn darauf eingestellt hat.

Die Folge sind häufig Stimmungstiefs in Form von Schuldgefühlen und depressiven Verstimmungen bis hin zu schweren Depressionen. Zusammen mit dem körperlichen Erschöpfungszustand kann dies auch zu akuter Selbstmordgefahr führen.

**Die Leiden der Psyche** Manche Menschen werden sehr aggressiv oder bekommen schwere psychische Probleme unter Kokain: Bewusstseinsstörungen, Angstzustände oder Wahnvorstellungen bzw. Paranoia.

# Amphetamine Methamphetamine

**Amphetamine Methamphetamine** Auch diese Substanzen versprechen als Aufputzmittel, Partydroge, Doping oder Schlankmacher mehr Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden. Die Vergabe von Amphetaminen ist jedoch durch das Betäubungsmittelgesetz geregelt und nur durch ein entsprechendes ärztliches Rezept erlaubt.

**Illegale Herstellung** Amphetamine, die in illegalen Laboren hergestellt werden, nennen sich z. B. Speed bzw. Ice, Crank oder Cristal und enthalten oft unbekannte Zusatzstoffe mit unkalkulierbarer Wirkung.

**Leistungssteigerung** Amphetamine führen zunächst zu einer Erhöhung des Konzentrationsvermögens und der Leistungsfähigkeit bei einfachen Tätigkeiten. Auf komplexe Denkleistungen haben Amphetamine keinen positiven Effekt.

**mehr und mehr ...** Bei höherer Dosierung kommt es zu einem gesteigerten Antrieb bis hin zu unangenehmen Erregungszuständen und einem Gefühl des Getriebenseins sowie zu Gedankenflucht und verminderter Konzentrationsfähigkeit.

**Langfristige Folgeschädigungen** Bei häufigem Konsum wird die Gefahr von weitreichenden körperlichen Schädigungen (Immunsystem und Organe) und auch von gravierenden psychischen Folgeerscheinungen bis hin zur Psychose immer größer.

# Vorsicht!

**Mischkonsum** Stimulierende Substanzen werden häufig zusammen mit Alkohol oder anderen Drogen konsumiert. Dieser Mischkonsum birgt zusätzliche unvorhersehbare körperliche und psychische Wechselwirkungen.

**Teufelskreis** Stimulierende Substanzen erschöpfen den Körper sehr. Trotzdem ist es häufig schwer, zur Ruhe zu kommen und z. B. zu schlafen. Daher ist die Versuchung groß, weiter zu konsumieren oder zu Schlaf- und Beruhigungsmitteln zu greifen. So kann ein Teufelskreis entstehen.

**Hohes Abhängigkeitsrisiko** Sowohl Kokain als auch Amphetamine und besonders Methamphetamine können schnell und schwer abhängig machen. Wer konsumiert, kann nach kurzer Zeit die Kontrolle über den Konsum verlieren.

**Erhöhte Risikobereitschaft** Stimulierende Drogen erhöhen die Risikobereitschaft z. B. im Straßenverkehr, bei der Arbeit und beim Sex. Dies erhöht die Gefahr von Unfällen und der Übertragung von Infektionskrankheiten. Stimulantien in der Schwangerschaft Über den Blutkreislauf gelangen die Substanzen direkt zum ungeborenen Kind, was zu schweren Entwicklungs- und Verhaltensstörungen des Kindes und zur Einleitung von Früh- und Fehlgeburten führen kann.

