
SANDHEDEN OM
CRYSTAL METH
og Metamfetamin
Ice
Tina
Chrissy
Speed
Tweak
Meth
Glass
dk.drugfreeworld.org



HVORFOR VI HAR SKREVET DETTE HÆFTE

Man hører meget snak om stoffer nu om dage – i skolen, på gaden, på internettet og i tv. Noget af det er sandt, andet er det ikke.

Hvad du måske ikke ved, er at meget af det du hører om stoffer, faktisk kommer fra dem der sælger dem. Tidligere narkohandlere har sagt at de ville fortælle folk hvad som helst for at få dem til at købe stoffer.

Du har brug for de virkelige kendsgerninger og sandheden om stoffer, så du kan træffe en kvalificeret beslutning om dem. Det er derfor vi har udarbejdet dette hæfte – til dig.

Din feedback er vigtig for os, så lad os vide hvad du synes om dette hæfte. Besøg os på **dk.DrugFreeWorld.org** og send os en e-mail på **info@drugfreeworld.org**.

Hvad er Crystal Meth?

Crystal meth er en kortform af *crystal methamphetamine*. Det er en form for *metamfetamin*, et stærkt og yderst vanedannende stimulerende stof.

Crystal meth bruges ofte som et "klubstof" der tages mens man fester på natklubber eller til raveparties.

Crystal meths virkning er meget koncentreret. Dets virkninger er intense, og nogle brugere fortæller at de er blevet afhængige efter bare at have brugt det én gang.

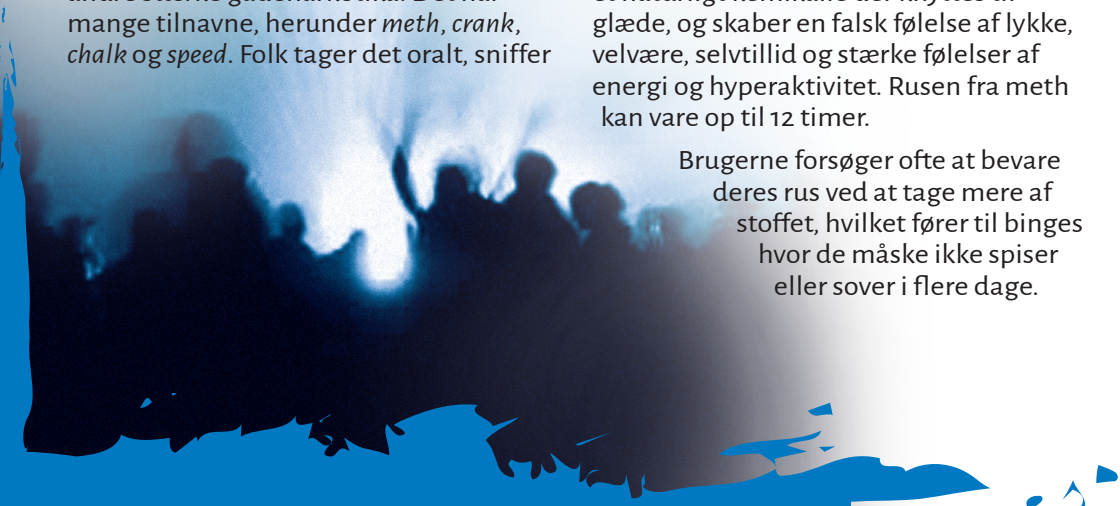
"Jeg prøvede det én gang og BOOM! Jeg var afhængig," sagde en methmisbruger som mistede sin familie, sine venner, sin karriere som musiker og endte med at være hjemløs.

Det er en af de sværeste former for stofafhængighed at overvinde. En undersøgelse viste at næsten to ud af tre personer der gennemgik afvænning, vendte tilbage til meth inden for et år.



Hvad er metamfetamin?

Metamfetamin er et ulovligt stof i samme klasse som kokain og andre stærke gadenarkotika. Det har mange tilnavne, herunder *meth*, *crank*, *chalk* og *speed*. Folk tager det oralt, sniffer det, ryger det eller indsprøjter det. Meth oversvømmer hjernen med dopamin, et naturligt kemikalie der knyttes til glæde, og skaber en falsk følelse af lykke, velvære, selvtillid og stærke følelser af energi og hyperaktivitet. Rusen fra meth kan vare op til 12 timer.



Brugerne forsøger ofte at bevare deres rus ved at tage mere af stoffet, hvilket fører til binges hvor de måske ikke spiser eller sover i flere dage.

Meth virker som en kraftig stimulans. Men fordi det også er en gift, begynder stoffet systematisk at ødelægge kroppen samtidig med at personen bliver høj.

Brug af meth er forbundet med alvorlige sundhedsproblemer såsom hukommelsestab, aggression, psykotisk adfærd og potentiel skade på hjertet og hjernen. Brug af meth udtømmer kroppens ressourcer og kan skabe en ødelæggende afhængighed som kun kan lindres ved at tage mere af stoffet.



Methbruger i 2002



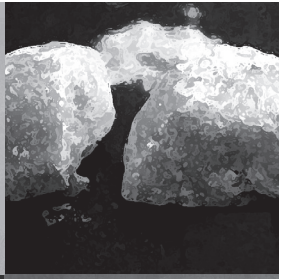
... og 2 1/2 år senere

Jeg begyndte at bruge crystal meth da jeg gik i mit sidste skoleår på high school. Inden mit første semester på college var slut, blev meth et så stort problem at jeg var nødt til at droppe ud. Jeg lignede en der havde skoldkopper, fordi jeg i timevis stirrede på mig selv i spejlet og pillede ved mig selv. Jeg brugte al min tid på enten at tage meth eller forsøge at få fat i det."

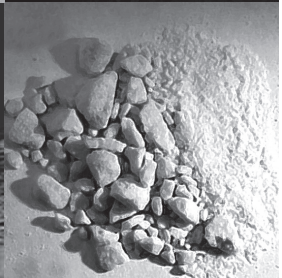
– Anne Marie

Hvordan ser metamfetamin ud?









Metamfetamin kommer normalt som et krystallinsk hvidt, blåt, gult eller brunt pulver der er lugtfrit, har en bitter smag og let opløses i vand eller alkohol.

Crystal meth ligner små glasfragmenter eller skinnende blåhvide sten og kaldes oftest *ice* eller *glass*. Denne form er mere ren end metamfetamin i pulverform og har mere intense og langvarige virkninger.

Crystal meth ryges med en glaspibe eller opløses og indsprøjtes.



SLANGUDTRYK FOR METAMFETAMIN

Metamfetamin og krystalmetamfetamin omtales med mange navne.

METH

- Bennies
- Chalk
- Chicken Feed
- Cinnamon
- Crank
- Crink
- Crypto
- Getgo
- Go-Fast
- Meth
- Methlies Quik
- Mexican Crack
- Pervitin (Tjekkiet)
- Redneck Cocaine
- Speed
- Tick Tick
- Tweak
- Wash
- Ya Ba eller Yaba (Sydøstasien)
- Yellow Powder

CRYSTAL METH

- Batu
- Blade
- Cristy
- Crystal
- Crystal Glass
- Glass
- Hot Ice
- Ice
- Quartz
- Shabu
- Shards
- Stove Top
- Tina
- Ventanas

Hvad er meth lavet af?

Metamfetamin er et menneskeskabt kemikalie i modsætning til for eksempel kokain der kommer fra en plante.

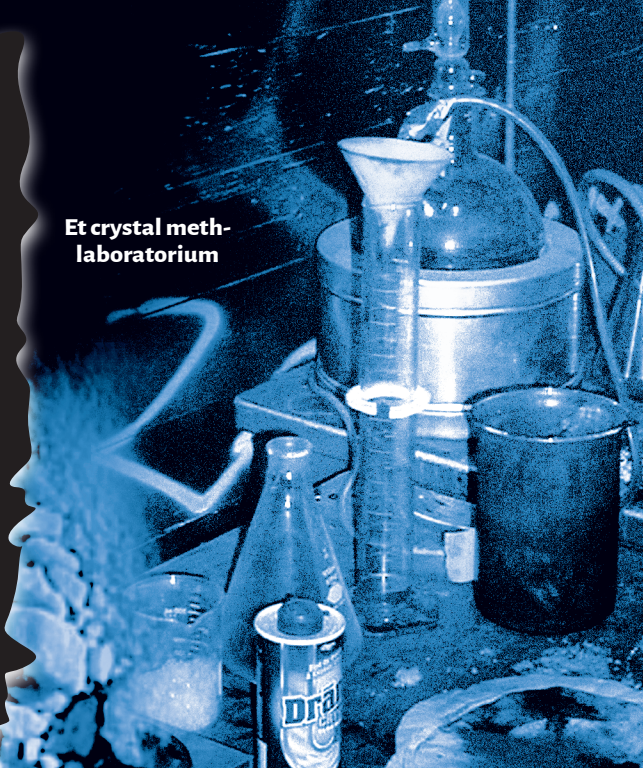
Meth fremstilles ofte i ulovlige, skjulte laboratorier ved brug af forskellige former for amfetamin (stimulerende stof) eller derivater kombineret med andre kemikalier for at øge dens styrke. Forkølelsespiller bruges ofte som grundlag for at producere stoffet. Meth-"kokke" udvinder ingredienser fra disse piller og kombinerer stoffet med kemikalier såsom batterisyre, afløbsrens, fortynder, litium (fra batterier), jod, brændstof til lanterner og frostvæske for at øge styrken. Meth kan indeholde op til 32 forskellige kemikalier som ikke er beregnet til indtagelse af mennesker.

De kemikalier der bruges til at fremstille meth, er farlige og kan eksplodere mens de "koges". Sådanne ulykker bringer andre i fare i nærliggende hjem eller bygninger. Meth-kokke, som ofte selv er misbrugere, kan blive alvorligt forbrændt, vansiret eller dræbt af eksplosioner.

Meth-laboratorier frembringer også giftigt affald – fremstilling af omkring et halvt kilo metamfetamin resulterer i to kilo affald som kan sive ned i jorden og grundvandet. Folk der udsættes for dette affald, herunder politifolk, kan blive forgiftede og syge.

Kontanthjælp var ikke nok til at betale for vores meth-vane og forsørge vores søn, så vi forvandlede vores lejede hjem til et meth-laboratorium. Vi opbevarede de giftige kemikalier i vores køleskab uden at vide at giftstofferne ville trænge ind i de andre madvarer i køleskabet.

"Da jeg gav min treårige søn noget ost at spise, vidste jeg ikke at jeg gav ham forgiftet mad. Jeg var for skæv af meth til at opdage at min søn var dødeligt syg, før der var gået 12 timer. Men da var jeg så skæv at det tog mig to timer at finde ud af hvordan jeg skulle få ham på hospitalet otte kilometer væk. Da jeg nåede frem til skadestuen, blev **MIN SØN ERKLÆRET DØD** af en dødelig dosis ammoniakhydroxid – et af de kemikalier der bruges til at lave meth."
– Melanie



Et crystal meth-laboratorium

En verdensomspændende afhængighedsepidemi

De Forenede Nationers Kontor for Narkotika og Kriminalitet anslår at omkring 27 millioner mennesker på verdensplan bruger stimulanser af amfetamintypen (herunder metamfetamin).

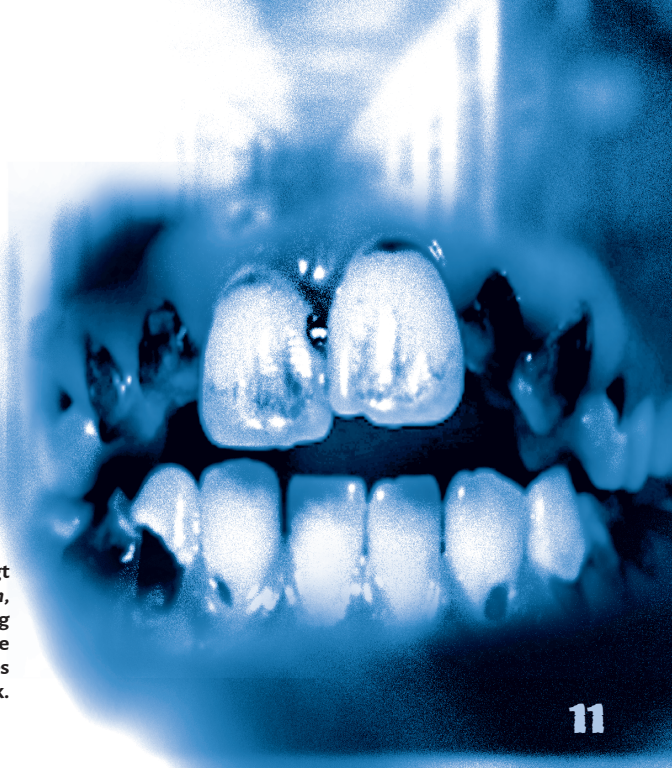
Brug af meth i USA er et stort problem. Dødsfald forbundet med meth steg fra 5 526 om året til 15 489 – en stigning på omkring 180 procent.

Den amerikanske regering rapporterede at i løbet af et år brugte omkring 2 millioner amerikanere på 12 år og op metamfetamin hvoraf 184 000 prøvede det for første gang. Omkring en million mennesker i alderen 12 år og op lider af meth-afhængighed.

I Tjekkiet kendes meth som *Pervitin* og misbruges i vid udstrækning. Selvom det primært bruges inden for landets grænser, eksporteres Pervitin også til europæiske lande. Tjekkiet, Tyskland,

Slovakiet og Tyrkiet udgør 90 procent af de mennesker der anmoder om behandling for metamfetaminmisbrug i Europa.

I Sydøstasien er de mest almindelige former for metamfetamin crystal meth (kaldet *Shabu* i Filippinerne) og en lille pille kaldet *Ya Ba* i Thailand.



Meths giftige ingredienser fører til alvorligt forfald af tænder, kendt som *meth mouth*, hvor tænderne bliver sorte, plettede og rådne. Tænderne bliver ofte så beskadigede at de må trækkes ud, tandkødet ødelægges indefra, og rødderne rådner væk.

METHS DØDELIGE VIRKNINGER

Den kortsigtede og langsigtede indvirkning på individet

Indtagelse af meth og crystal meth skaber en intens falsk følelse af velvære og forårsager at brugerne presser deres kroppe ud over de naturlige grænser. Efter virkningerne aftager, kan meth-brugere opleve en alvorlig nedtur eller et fysisk og mentalt sammenbrud. Eftersom fortsat brug af stoffet mindsker den naturlige sultfølelse, kan brugerne opleve et ekstremt vægttab. Negative virkninger kan også omfatte forstyrrede søvnmønstre, hyperaktivitet, kvalme, vrangforestillinger om magt, aggression og irritabilitet.

Andre alvorlige virkninger kan være forvirring, søvnløshed, hallucinationer, ængstelse og paranoia.* I nogle tilfælde kan brug forårsage konvulsioner der fører til død.



De hæslige virkninger af crystal meth viser sig i de arrede og for tidligt ældede ansigter hos dem der misbruger det.

VARIGE SKADER

Over tid kan methbrug forårsage uoprettelige skader: øget puls og blodtryk; beskadigede blodkar i hjernen der fører til slagtilfælde; eller en uregelmæssig puls der derefter kan forårsage kardiovaskulært† kollaps eller død. Methmisbrugere risikerer også at få skade på deres lever, nyrer og lunger.

Brugerne kan også lide af hjerneskade, hvilket kan forårsage hukommelsestab og kognitiv svækkelse. Methmisbrugere der er på vej ud af deres misbrug, oplever ofte huller i hukommelsen og ekstreme humørsvingninger.

* paranoia: ekstrem og ubegrundet mistænksomhed, mistillid eller frygt for andre mennesker uden bevis eller begrundelse

† kardiovaskulær: forbundet med hjertet og blodkarrene

‡ Alzheimers sygdom: en sygdom der rammer nogle ældre mennesker, og som ledsages af hukommelsestab

METH-SKADER

KORTSIGTEDE BIVIRKNINGER

- Tab af appetit
- Øget puls, blodtryk og kropstemperatur
- Udvidelse af pupiller
- Forstyrrede søvnmønstre
- Kvalme
- Bizar og uberegnelig adfærd
- Afhængighed
- Konvulsioner, krampeanfald og død ved høje doser

LANGSIGTEDE BIVIRKNINGER

- Permanent skade på blodkar i hjerte og hjerne
- Højt blodtryk der fører til hjerteslag, slagtilfælde og død
- Skade på lever, nyre og lunger
- Ødelæggelse af væv i næsen hvis det sniffes
- Vejrtrækningsproblemer hvis det ryges
- Smitsomme sygdomme og bylder hvis det indsprøjtes
- Fejlernæring, vægttab
- Slemme huller i tænderne
- Desorientering, apati, forvirret udmattelse
- Stærk psykisk afhængighed
- Psykose
- Visuelle og auditive (hørelse) hallucinationer
- Overspændt
- Irritabilitet
- Vrangforestillinger (såsom fornemmelsen af insekter der kryber under huden)
- Depression
- Hukommelsestab
- Paranoia (kan føre til mord- eller selvmordstanker)
- Aggressiv eller voldelig adfærd
- Skader på hjernen svarende til Alzheimers sygdom‡ og epilepsi

Hvordan metamfetamin påvirker folks liv

Meth-brug kan overtage livet på forskellige måder. Der er tre hovedniveauer af misbrug:

LAVINTENSIVT METH-MISBRUG:
Lavintensive misbrugere sluger eller sniffer metamfetamin. De ønsker den ekstra stimulering som metamfetamin giver, så de kan holde sig vågne længe nok til at afslutte en opgave eller et job, eller de ønsker den appetitnedsættende effekt for at tabe sig. De er et skridt fra at blive binge*-brugere.

BINGE-METH-MISBRUG:
Binge-misbrugere ryger eller indsprøjter metamfetamin med en kanyle. Dette gør det muligt for dem at få en mere intens dosis af stoffet og opleve en stærkere rus som er psykologisk vanedannende. Fortsat brug sætter en person på randen til at bevæge sig ind i et højintensivt misbrug.

HØJINTENSIVT METH-MISBRUG:
De højintensive misbrugere er meth-narkomanerne. Hele deres eksistens fokuserer på at forhindre nedturen, den smertefulde depression efter rusen. For at opnå den ønskede rus fra stoffet må de tage mere og mere af det. Men som med andre stoffer er hver på hinanden følgende rus mindre end den foregående hvilket kaster methmisbrugeren ud i en mørk og dødelig spiral af afhængighed.

* binge: overdreven eller ukontrolleret brug i en koncentreret tidsperiode



Stadierne i meth-"oplevelsen"

1 Suset – Et *sus* er den første reaktion misbrugeren føler når han ryger eller indsprøjter metamfetamin. Under rusen løber misbrugerens hjerteslag løbsk, og stofskiftet*, blodtrykket og pulsen stiger. I modsætning til suset der er forbundet med crack-kokain som varer i cirka to til fem minutter, kan metamfetamin-suset fortsætte i op til 30 minutter.

2 Rusen – Suset efterfølges af en rus som nogle gange kaldes *shoulder*. Under rusen føler misbrugeren sig ofte aggressivt klogere og bliver stridbar samt afbryder ofte andre mennesker og afslutter deres sætninger. Vrangforestillingerne kan resultere i at en bruger bliver intenst fokuseret på en ubetydelig ting, såsom at pudse det samme vindue gentagne gange i flere timer. Rusen kan vare 4-16 timer.

* stofskifte: processerne i kroppen der omdanner mad til energi

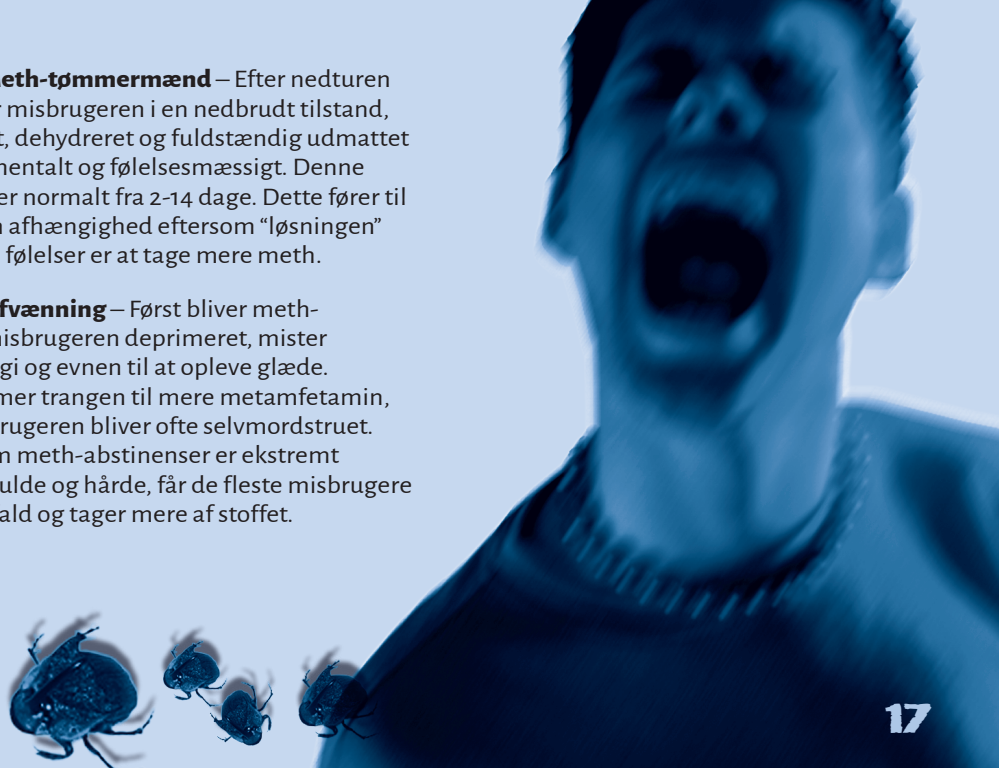
3 Binge – Et *binge* er ukontrolleret brug af et stof eller alkohol. Det henviser til misbrugerens trang til at bevare rusen ved at ryge eller indsprøjte mere metamfetamin. Binget kan vare 3-15 dage. Under binget bliver misbrugeren hyperaktiv både mentalt og fysisk. Hver gang de ryger eller indsprøjter mere af stoffet, oplever de endnu ét men mindre sus indtil der til sidst ikke er noget sus og ingen rus.

4 Tweaking – En misbruger af metamfetamin er farligst når han oplever en fase af afhængigheden der kaldes *tweaking* – en tilstand der nås i slutningen af et stofbinge når metamfetamin ikke længere giver et sus eller en rus. Misbrugeren er ude af stand til at lindre de forfærdelige følelser af tomhed og trang og mister sin identitetsfølelse. Intens kløe er almindelig, og en bruger kan blive overbevist om at der kravler insekter under huden. Misbrugeren kan ikke sove i dagevis og befinder sig ofte i en fuldstændig psykotisk tilstand hvor han eller hun eksisterer i sin egen verden og ser og hører ting som ingen andre kan opfatte. Deres hallucinationer er livagtige og synes virkelige. Afkoblet fra virkeligheden kan brugere blive fjendtlige og farlige for sig selv og andre. Risikoen for selvskade er stor.

5 Nedturen – For en binge-misbruger sker nedturen når kroppen ikke er i stand til at klare de overvældende virkninger af stoffet og lukker ned. Dette resulterer i en lang periode med søvn. Selv den mest ondskabsfulde, mest voldelige misbruger bliver næsten livløs under nedturen. Nedturen kan vare 1-3 dage.

6 Meth-tømmermænd – Efter nedturen er misbrugeren i en nedbrudt tilstand, udsultet, dehydreret og fuldstændig udmattet fysisk, mentalt og følelsesmæssigt. Denne fase varer normalt fra 2-14 dage. Dette fører til tvungen afhængighed eftersom "løsningen" på disse følelser er at tage mere meth.

7 Afvænning – Først bliver meth-misbrugeren deprimeret, mister sin energi og evnen til at opleve glæde. Så kommer trangen til mere metamfetamin, og misbrugeren bliver ofte selvmordstruet. Eftersom meth-abstinenser er ekstremt smertefulde og hårde, får de fleste misbrugere tilbagefald og tager mere af stoffet.



Metamfetamins historie

Metamfetamin er ikke et nyt stof, selvom det er blevet stærkere i de senere år efterhånden som fremstillingsteknikkerne har udviklet sig.

Amfetamin blev først skabt i 1887 i Tyskland, og metamfetamin, som er stærkere og lettere at fremstille, blev udviklet i Japan i 1919. Det krystallinske pulvers evne til at opløses i vand gjorde det egnet til at blive indsprøjtet.

Under 2. Verdenskrig blev metamfetamin brugt i vid udstrækning af begge sider til at holde tropperne vågne. Der blev givet høje doser til japanske kamikaze-piloter før deres selvmordsmissioner. Efter krigen blev misbrug af metamfetamin ved indsprøjtning udbredt da militære forsyninger blev tilgængelige for den japanske offentlighed.

I 1950'erne blev metamfetamin ordineret som slankemiddel og til at bekæmpe depression. Det var let tilgængeligt og blev brugt som en ikke-medicinsk stimulans af college-studerende, lastbilchauffører og sportsudøvere hvilket førte til et udbredt misbrug.

Dette mønster ændrede sig markant i 1960'erne med den øgede tilgængelighed af metamfetamin der kan indsprøjtes, hvilket forværrede problemet.

I 1970 gjorde den amerikanske regering de fleste anvendelser af metamfetamin ulovlige. Derefter tog amerikanske motorcykelbander kontrol over en stor del af stoffets produktion og distribution.

I 1990'erne oprettede mexicanske narkotikahandelsorganisationer store methlaboratorier i Californien. Disse enorme laboratorier kunne producere 25 kg meth på en enkelt weekend mens mindre private laboratorier dukkede op i køkkener og lejligheder hvilket gav stoffet tilnavnet *stove top* (komfurtop). Meth spredte sig derefter over hele USA og til Europa. I dag produceres det meste af den meth der er tilgængelig i Asien, i Thailand, Myanmar og Kina.



Kamikaze-piloter fik metamfetamin før deres selvmordsmissioner.

Sandheden Om Stoffer

Stoffer er i bund og grund giftstoffer. Hvor stor en mængde man indtager, afgør hvad virkningen er.

En lille mængde virker som en stimulans (kvikker dig op). En større mængde virker som et beroligende middel (sløver dig). En endnu større mængde giver en forgiftning og kan være dødelig.

Det er sandt for ethvert stof. Kun den mængde der skal til for at opnå en bestemt virkning, varierer.

Men mange stoffer har en anden meget uheldig egenskab: de påvirker sindet direkte. De kan forvrænge brugerens opfattelse af hvad der foregår omkring ham eller hende. Det kan resultere i at personens opførsel bliver underlig, irrationel, upassende og endda destruktiv.

Stoffer blokerer alle fornemmelser, både de ønskede og de uønskede. Så imens stofferne kortvarigt hjælper mod smerte, så underminerer de personens evner og årvågenhed og gør en ude af stand til at tænke klart.

Medicin er stoffer der har til formål at fremskynde, bremse eller ændre noget ved den måde din krop virker på, for at forsøge at få den til at fungere bedre. Sommetider er disse nødvendige. Men de er stadig stoffer: de virker som stimulanser eller beroligende midler, og for meget kan slå dig ihjel. Så hvis du ikke anvender medicin korrekt, kan den være lige så farlig som narko.


Det virkelige svar er at
få fat i kendsgerningerne
og ikke tage stoffer til at
begynde med.

HVORFOR TAGER FOLK STOFFER?

Folk tager stoffer, fordi de vil prøve at ændre noget i deres tilværelse.

Her er nogle grunde, unge mennesker selv har givet til, hvorfor de tager stoffer:

- For at passe ind
- For at flygte fra virkeligheden eller slappe af
- For ikke at kede sig
- For at virke voksen
- For at gøre oprør
- For at eksperimentere

De tror, at stoffer er en løsning. Men i sidste ende bliver stofferne problemet.

Det kan være svært at se sine problemer i øjnene, men konsekvenserne af stofmisbrug er altid værre end det problem, man forsøger at løse med stofferne. Det virkelige svar er at få fat i kendsgerningerne og ikke tage stoffer til at begynde med.



Millioner af eksemplarer af hæfter som dette er blevet uddelt til mennesker over hele verden på over 20 sprog.



Efterhånden som der kommer nye stoffer på gaderne, og mere information om deres virkninger bliver kendt, bliver de eksisterende hæfter opdateret, og der bliver lavet nye.

Hæfterne udgives af Foundation for a Drug-Free World, en almennyttig organisation med hovedkvarter i Los Angeles, Californien.

Stiftelsen leverer undervisningsmaterialer, rådgivning og koordinering til sit internationale netværk til forebyggelse af stoffer. Den arbejder med unge, forældre, undervisere, frivillige organisationer og myndigheder – alle med en interesse i at hjælpe folk med at leve et liv uden stofmisbrug.

REFERENCER:

Du kan finde de referencer der blev brugt til at sammensætte dette hæfte, på dk.DrugFreeWorld.org/refs.

FOTOKREDITERINGER: side 2: Corbis; side 3: istock.com, Lou Oats; side 5: Meths ansigter; side 6: DEA (nederst til højre: crystal meth); side 12: tak til Statsadvokatens kontor, Taswell County, Illinois (højre: methbruger 1998–2004)

KENDSGERNINGER DU HAR BRUG FOR AT VIDE

Dette hæfte er et i en serie af publikationer der dækker kendsgerningerne om marihuana, alkohol, fentanyl, syntetiske stoffer, ecstasy, kokain, crack-kokain, crystal meth og metamfetamin, inhalanter, heroin, LSD og misbrug af receptpligtig medicin. Bevæbnet med disse oplysninger kan læseren træffe beslutningen om at leve et stoffrit liv.

For at tage gratis onlinekurser eller komme i kontakt med en Lokalafdeling af Stoffri Verden i dit område, besøg dk.DrugFreeWorld.org

Foundation for a Drug-Free World
DrugFreeWorld.org • info@drugfreeworld.org
+1 888 668 6378 • +1 818 952 5260

Scan her for at downloade dette hæfte

© 2025 Foundation for a Drug-Free World. Alle rettigheder forbeholdt. Truth About Drugs og Foundation for a Drug-Free World-logoet er varemærker der ejes af Foundation for a Drug-Free World og bruges med deres tilladelse. #S001562 - DANISH