
SANNINGEN OM
CRYSTAL METH
och metamfetaminer
Ice
Tina
Metatjack
Speed
Crystal
Meth
Glas
nejtilldroger.se



VARFÖR DETTA HÄFTE PRODUCERADES

Det är mycket prat om droger nuförtiden – i skolan, på gatorna, på internet och i tv. En del av det är sant, en del inte.

Vad du kanske inte vet är att mycket av vad du hör om droger faktiskt kommer från dem som säljer dem. Tidigare langare har medgett att de skulle ha sagt vad som helst till folk för att få dem att köpa droger.

Du behöver verkliga fakta och sanningen om droger så att du kan fatta ett välgrundat beslut om dem. Det är därför vi har producerat detta häfte – för dig.

Din feedback är viktig för oss, så låt oss veta vad du tycker om detta häfte. Besök oss på nätet på **NejTillDroger.se** och skicka e-post till oss på **info@drugfreeworld.org**.

VAD ÄR CRYSTAL METH?

Crystal meth är kort för *crystal methamphetamine* (metamfetamin i kristallform). Det är en form av *metamfetamin*, ett kraftfullt och mycket beroendeframkallande centralstimulerande medel.

Crystal meth används ofta som en ”partydrog”, som tas under fester på nattklubbar eller på ravefester.

Crystal meths effekt är mycket koncentrerad. Dess effekter är intensiva och vissa användare rapporterar att de blev beroende efter att bara ha använt det en gång.

”Jag provade det en gång och BOOM! Jag var beroende”, sade en meth-missbrukare som förlorade sin familj, sina vänner, sin karriär som musiker och blev hemlös.

Det är ett av de svåraste drogberoendena att övervinna. En studie visade att nästan två av tre personer som genomgick rehabilitering för drogmissbruk återgick till att använda meth inom ett år.



Vad är metamfetamin?

Metamfetamin är en olaglig drog i samma klass som kokain och andra starka gatudroger. Den har många slangnamn, bland annat *meth*, *crank*, *chalk* och *speed*.



Det tas oralt, snortas, röks eller injiceras. Meth fyller hjärnan med dopamin, en naturlig kemikalie som är förknippad med njutning, och skapar en falsk känsla av lycka, välbefinnande, självförtroende och starka känslor av energi och hyperaktivitet. Ruset från meth kan vara i upp till 12 timmar.

Användare försöker ofta hålla igång sitt rus genom att ta mer av drogen, vilket leder till perioder där de kanske inte äter eller sover på flera dagar.

Meth fungerar som ett kraftfullt centralstimulerande medel. Men eftersom det också är ett gift, börjar drogen samtidigt som personen blir hög att systematiskt förstöra kroppen.

Meth-missbruk är förknippat med allvarliga hälsoproblem som minnesförlust, aggressivitet, psykotiskt beteende och potentiella skador på hjärtat och hjärnan. Meth-missbruk tömmer kroppens resurser och kan skapa ett förödande beroende som bara kan lindras genom att ta mer av drogen.

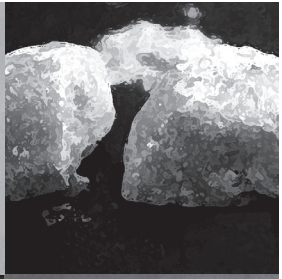


Meth-missbrukare 2002 **... och 2 1/2 år senare**

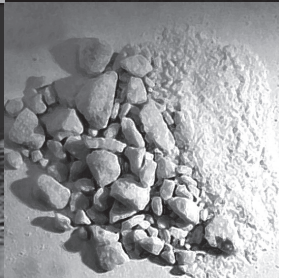
Jag började använda crystal meth sista året på high school. Innan min första termin på college var över hade meth blivit ett så stort problem att jag måste hoppa av. Jag såg ut som om jag hade vattkoppor efter timmar av att stirra på mig själv i spegeln och pilla sönder min hud. Jag tillbringade all min tid antingen med att ta meth eller försöka få tag på det."
– Anne Marie

Hur ser metamfetamin ut?









Metamfetamin förekommer vanligtvis som ett kristalliserat vitt, blått, gult eller brunt pulver som är luktfritt, smakar bittert och lätt löser sig i vatten eller alkohol.

Crystal meth ser ut som små glasfragment eller glänsande blåvita stenar och kallas oftast för *ice* eller *glas* (på engelska *glass*). Den här formen är renare än metamfetaminpulver och har mer intensiva och långvariga effekter.

Crystal meth röks med hjälp av en glaspipa eller löses upp och injiceras.



SLANG FÖR METAMFETAMIN

Metamfetamin och metamfetamin i kristallform har många namn.

METH

- Bennies
- Chalk
- Chicken Feed
- Cinnamon
- Crank
- Crink
- Crypto
- Getgo
- Go-Fast
- Meth
- Methlies Quik
- Mexican Crack
- Pervitin (Tjeckien)
- Redneck Cocaine
- Speed
- Tick Tick
- Tweak
- Wash
- Ya ba eller yaba (Sydostasien)
- Yellow Powder

CRYSTAL METH

- Batu
- Blade
- Cristy
- Crystal
- Crystal Glass
- Glas (på engelska Glass)
- Hot Ice
- Ice
- Quartz
- Shabu
- Shards
- Stove Top
- Tina
- Ventanas

Vad är meth gjort av?

Metamfetamin är en kemikalie som tillverkas av människor, till skillnad från till exempel kokain, som kommer från en växt.

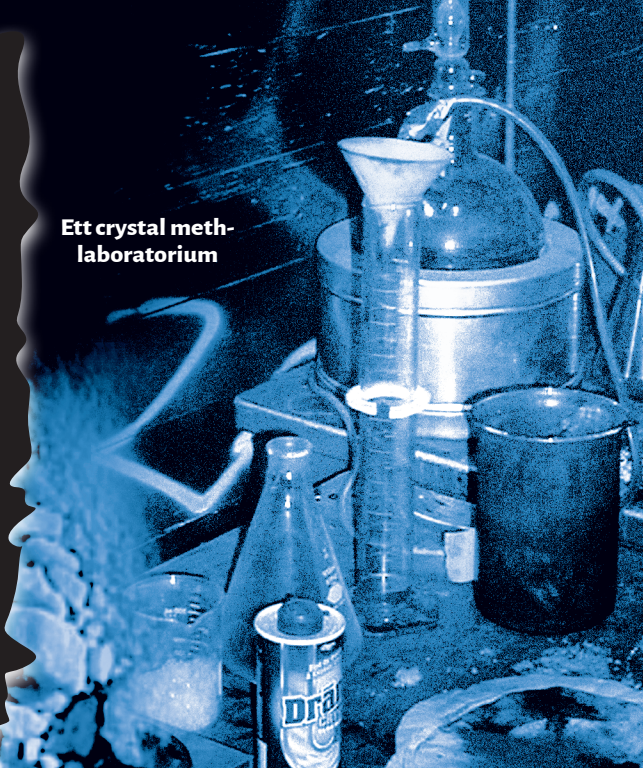
Meth tillverkas ofta i illegala, dolda laboratorier, med olika former av amfetamin (en centralstimulerande drog) eller derivat i kombination med andra kemikalier för att öka dess styrka. Vanliga tabletter mot förkylning används ofta som utgångsämne för tillverkningen av drogen. Meth-”kockar” extraherar ingredienser från dessa tabletter och kombinerar ämnet med kemikalier som batterisyra, propplösare, thinner, litium (från batterier), jod, fotogen och kylarvätska för att öka dess styrka. Meth kan innehålla upp till 32 olika kemikalier som inte är avsedda för mänsklig konsumtion.

Kemikalierna som används för att tillverka meth är farliga och kan explodera när de ”kokas”. Sådana olyckor utsätter andra i närliggande hem eller byggnader för fara. Meth-kockar, som ofta själva är missbrukare, kan bli svårt brända, vanställda eller dödade av explosioner.

Meth-labb producerar också giftigt avfall – tillverkning av ett halvt kilo metamfetamin resulterar i två och ett halvt kilo avfall som kan tränga ner i jorden och grundvattnet. Människor som utsätts för detta avfall, inklusive poliser, kan bli förgiftade och sjuka.

Socialbidrag var inte nog för att betala våra meth-vanor och försörja vår son, så vi gjorde om vår hyreslägenhet till ett meth-labb. Vi förvarade de giftiga kemikalierna i vårt kylskåp, utan att veta att gifterna skulle tränga in i den andra maten i kylskåpet.

När jag gav min treårige son lite ost att äta visste jag inte att jag gav honom förgiftad mat. Jag var så påtänd på meth att jag inte förrän 12 timmar senare märkte att min son var dödssjuk. Men jag var så påtänd att det tog mig ytterligare två timmar att komma på hur jag skulle få honom till sjukhuset som låg åtta kilometer bort. När vi kom till akuten **FÖRKLARADES MIN SON HA DÖTT** av en dödlig dos av ammoniumhydroxid – en av kemikalierna som används för att tillverka meth.” – Melanie



Ett crystal meth-laboratorium

En världsomspännande missbruksepidemi

FN:s kontor för narkotikakontroll och förebyggande av brott uppskattade att cirka 27 miljoner människor världen över använder amfetaminliknande centralstimulantia (inklusive metamfetamin).

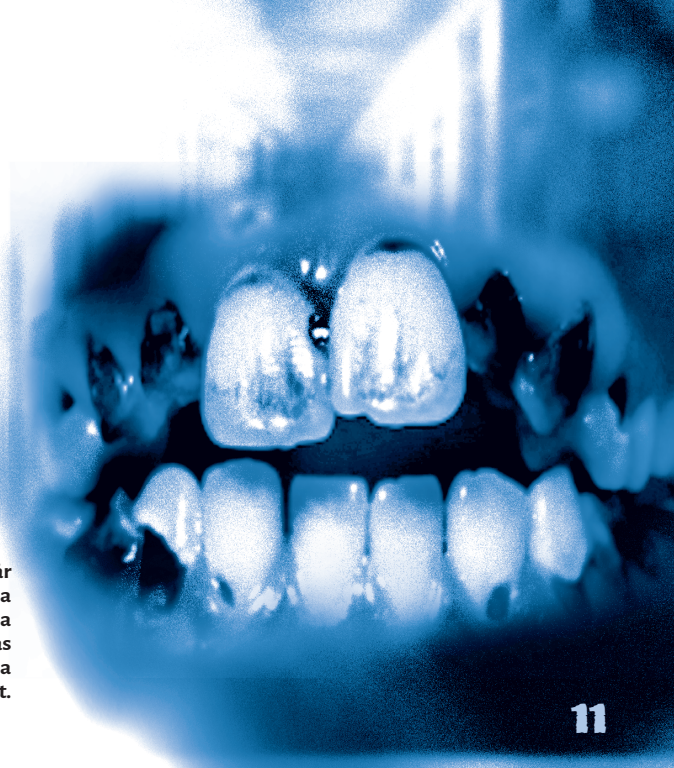
Meth-missbruk i USA är ett betydande problem. Dödsfall kopplade till meth ökade från 5 526 per år till 15 489 – en ökning på ungefär 180 procent.

Den amerikanska regeringen rapporterade att under ett år använde ungefär 2 miljoner amerikaner i åldern 12 år och uppåt metamfetamin, med 184 000 som provade det för första gången. Ungefär en miljon personer i åldern 12 år och uppåt lider av meth-beroende.

I Tjeckien är meth känt som *Pervitin* och missbrukas i stor utsträckning. Även om det främst används inom landet exporteras Pervitin även till andra europeiska länder. Tjeckien, Tyskland, Slovakien och Turkiet står

för 90 procent av de personer som söker behandling för missbruk av metamfetamin i Europa.

I Sydostasien är de vanligaste formerna av metamfetamin crystal meth (kallat *shabu* på Filippinerna) och ett litet piller som kallas *ya ba* i Thailand.



Meths giftiga ingredienser leder till svår tandröta som kallas *meth-mun*, där tänderna blir svarta, missfärgade och ruttnar. Tänderna skadas ofta så mycket att de måste dras ut, tandköttet förstörs inifrån och rötterna ruttnar bort.

De dödliga verkningarna av meth

De kortsiktiga och långsiktiga verkningarna på individen

Att ta meth och crystal meth skapar en intensiv falsk känsla av välbefinnande, vilket får användare att pressa sina kroppar bortom naturliga gränser. När verkningarna avtar kan meth-användare uppleva en allvarlig krasch eller fysisk och psykisk kollaps. Eftersom fortsatt användning av drogen dämpar de naturliga hungerkänslorna, kan missbrukare uppleva extrem viktförlust. Negativa verkningar kan innefatta störda sömnmönster, hyperaktivitet, illamående, storhetsvansinne, aggressivitet och lättretlighet.

Andra allvarliga effekter kan inkludera förvirring, sömnlöshet, hallucinationer, ångest och paranoia.* I vissa fall framkallar användningen konvulsioner som kan leda till döden.



De fruktansvärda effekterna av crystal meth syns på de ärriga och för tidigt åldrade ansiktena hos dem som missbrukar det.

VARAKTIGA SKADOR

Med tiden kan användning av meth orsaka oåterkallelig skada: ökad hjärtfrekvens och högre blodtryck; skadade blodkärl i hjärnan som leder till stroke eller oregelbunden hjärtrytm som i sin tur kan orsaka hjärt-kärlkollaps eller dödsfall. Meth-missbrukare löper också stor risk att få skador på lever, njurar och lungor.

Användare kan också drabbas av hjärnskador som kan orsaka minnesförlust och kognitiv nedsättning. Tillfrisknande meth-missbrukare upplever ofta minnesluckor och extrema humörsvängningar.

* paranoia: extrem och orimlig misstänksamhet, misstro eller rädsla för andra människor utan grund eller skäl

‡ Alzheimers sjukdom: en sjukdom som drabbar vissa äldre människor och som åtföljs av minnesförlust

Skador av meth

VERKNINGAR PÅ KORT SIKT

- Aptitförlust
- Ökad hjärtfrekvens, högre blodtryck och kroppstemperatur
- Vidgade pupiller
- Störda sömnmönster
- Illamående
- Bisarrt och oberäkneligt beteende
- Beroende
- Konvulsioner, epileptiska anfall och död av höga doser

VERKNINGAR PÅ LÅNG SIKT

- Permanent skada på blodkärl i hjärta och hjärna
- Högt blodtryck som leder till hjärtattacker, stroke och död
- Skador på lever, njurar och lungor
- Förstörelse av vävnad i näsan om det sniffas
- Andningsbesvär vid rökning
- Infektionssjukdomar och bölder om det injiceras
- Undernäring, viktminskning
- Svår tandröta
- Desorientering, apati, förvirrad utmattning
- Starkt psykologiskt beroende
- Psykos
- Syn- och hörselhallucinationer
- Extrema reaktioner på stimuli
- Lättretlighet
- Vanföreställningar (som känslan av att insekter kryper under huden)
- Depression
- Minnesförlust
- Paranoia (kan leda till mordiska tankar eller självmordstankar)
- Aggressivt eller våldsamt beteende
- Skador på hjärnan liknande Alzheimers sjukdom‡ och epilepsi

Hur metamfetamin påverkar människors liv

Meth-användning kan ta över människors liv på olika sätt. Det finns tre huvudsakliga nivåer av användning:

LÅGINTENSIV METH-ANVÄNDNING:
Lågintensitetsanvändare sväljer eller snortar metamfetamin. De vill ha den extra stimulans som metamfetamin ger så att de kan hålla sig vakna tillräckligt länge för att avsluta en uppgift eller ett jobb, eller de vill ha den aptitnedsättande effekten för att gå ner i vikt. De ligger ett steg bort från binge*-användning.

BINGE-ANVÄNDNING AV METH:
Binge-användare röker eller injicerar metamfetamin med en spruta. Detta ger dem en mer intensiv dos av drogen och de upplever en starkare kick, vilket är psykologiskt beroendeframkallande. Fortsatt användning gör att personen hamnar på gränsen till att övergå i högintensiv användning.

HÖGINTENSIV METH-ANVÄNDNING:
Högintensitetsanvändarna är meth-missbrukarna. Hela deras tillvaro kretsar kring att förhindra kraschen, smärtan efter att ruset från drogen avtar. För att uppnå det önskade ruset från drogen måste de ta mer och mer av den. Men precis som med andra droger är varje rus mindre än det föregående, vilket gör att meth-missbrukaren hamnar i en mörk och dödlig spiral av beroende.

* binge: intensiv eller okontrollerad användning av en substans under en koncentrerad period



Stadierna för "meth-upplevelsen"

1 Kicken – Ett *rus* är den inledande reaktionen som missbrukaren upplever när han röker eller injicerar metamfetamin. Under kicken rusar missbrukarens hjärta, och ämnesomsättningen,* blodtrycket och pulsen skjuter i höjden. Till skillnad från kicken som är förknippad med crack-kokain, vilken varar i ungefär två till fem minuter, kan metamfetaminkicken fortsätta i upp till 30 minuter.

2 Ruset – Kicken följs av ett rus. Under detta rus känner sig missbrukaren ofta aggressivt smartare, blir grälsjuk, avbryter ofta andra människor och avslutar deras meningar. De vanföreställningsliknande effekterna kan göra att en användare blir intensivt fokuserad på en obetydlig sak, som att upprepade gånger putsa samma fönster i flera timmar. Ruset kan vara i 4–16 timmar.

* ämnesomsättning: processerna i kroppen som omvandlar mat till energi

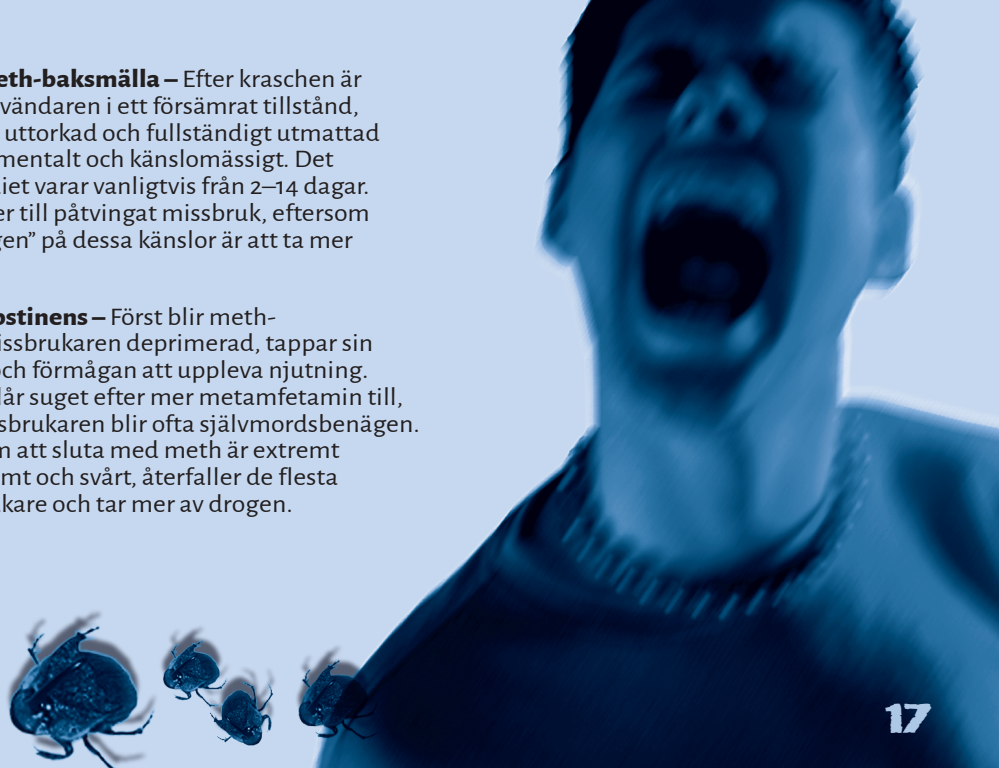
3 Binge-användning – *Binge-användning* är okontrollerad användning av en drog eller alkohol. Det syftar på missbrukarens begär att hålla igång ruset genom att röka eller injicera mer metamfetamin. Binge-användning kan vara i 3–15 dagar. Under ruset blir missbrukaren hyperaktiv både mentalt och fysiskt. Varje gång de röker eller injicerar mer av drogen får de återigen en kick vilken varje gång avtar i styrka. Så småningom uppstår varken kick eller rus vid användning.

4 Tweaking – En metamfetamin-användare är farligast när han eller hon upplever den fas av missbruket som kallas *tweaking* – ett tillstånd som uppstår i slutet av binge-användning när metamfetaminet inte längre ger någon kick eller något rus. Användaren är oförmögen att lindra de förfärliga känslorna av tomhet och begär och förlorar sin identitetskänsla. Intensiv klåda är vanligt och användaren kan bli övertygad om att det kryper insekter under huden. Användaren blir oförmögen att sova på flera dagar i sträck och befinner sig ofta i ett fullständigt psykotiskt tillstånd, där han eller hon existerar i sin egen värld och ser och hör saker som ingen annan kan uppfatta. Hallucinationerna är intensiva och uppfattas som verkliga. Då användare är frånkopplade från verkligheten kan de bli fientliga och farliga för sig själva och andra. Risken för självstympning är stor.

5 Kraschen – För en binge-användare inträffar kraschen när kroppen, som inte klarar av de överväldigande effekterna av drogen, stänger ner. Detta resulterar i en lång sömnperiod. Till och med den otäckaste, mest våldsamma missbrukaren blir nästan livlös under kraschen. Kraschen kan pågå i 1–3 dagar.

6 **Meth-baksmälla –** Efter kraschen är användaren i ett försämrat tillstånd, svulten, uttorkad och fullständigt utmattad fysiskt, mentalt och känslomässigt. Det här stadiet varar vanligtvis från 2–14 dagar. Det leder till påtvingat missbruk, eftersom ”lösningen” på dessa känslor är att ta mer meth.

7 **Abstinens –** Först blir meth-missbrukaren deprimerad, tappar sin energi och förmågan att uppleva njutning. Sedan slår suget efter mer metamfetamin till, och missbrukaren blir ofta självmordsbenägen. Eftersom att sluta med meth är extremt smärtsamt och svårt, återfaller de flesta missbrukare och tar mer av drogen.



Metamfetaminets historia

Metamfetamin är inte en ny drog, även om den har blivit starkare under de senaste åren i takt med att tillverkningsteknikerna har utvecklats.

Amfetamin skapades först 1887 i Tyskland och metamfetamin, som är starkare och lättare att tillverka, utvecklades i Japan 1919. Det kristalliserade pulvret kunde lösas upp i vatten, vilket gjorde det lämpligt för injektion.

Under andra världskriget användes metamfetamin i stor utsträckning av båda sidor för att hålla trupperna vakna. Höga doser gavs till japanska kamikaze-piloter innan deras självmordsuppdrag. Efter kriget blev missbruk av metamfetamin genom injektion utbrett när militära förråd blev tillgängliga för den japanska allmänheten.

På 1950-talet ordinerades metamfetamin som ett bantningsmedel och för att motverka depression. Det var lättillgängligt och användes som ett icke-medicinskt stimulerande medel av universitetsstudenter, lastbilschaufförer och idrottare, vilket ledde till utbrett missbruk.

Detta mönster förändrades avsevärt på 1960-talet med den ökade tillgången på injicerbart metamfetamin, vilket förvärrade problemet.

År 1970 gjorde den amerikanska regeringen

användningen av metamfetamin olaglig i de flesta fallen. Efter det tog amerikanska motorcykelgäng kontroll över mycket av produktionen och distributionen av drogen.

På 1990-talet satte mexikanska narkotikakarteller upp stora meth-laboratorier i Kalifornien. Dessa enorma labb kunde producera 23 kilo meth på en enda helg, medan mindre privata labb dök upp i kök och lägenheter, vilket gav drogen det engelska smeknamnet *stove top* (spisplatta). Meth spred sig sedan över hela USA och till Europa. Idag produceras det meth som finns tillgängligt i Asien i Thailand, Myanmar och Kina.



Kamikaze-piloter fick metamfetamin innan sina självmordsuppdrag.

Sanningen om droger

Droger är i grunden gifter. Verkningarna beror på hur mycket man tar.

En liten mängd fungerar som ett stimulerande medel (ökar aktiviteten). En något större mängd verkar som ett lugnande medel (undertrycker aktiviteten). En ännu större mängd verkar som ett gift och kan döda.

Detta gäller alla droger. Den enda skillnaden är mängden som behövs för att uppnå avsedd effekt.

Men många droger har en annan negativ aspekt: de påverkar sinnet direkt. De kan förvränga användarens uppfattning av det som händer omkring honom eller henne. Som en följd av detta kan personens handlingar bli egendomliga, irrationella, opassande och till och med destruktiva.

Droger blockerar alla sinnesintryck, både önskvärda och oönskade. Så även om de ger tillfällig hjälp genom att lindra smärta, slår de ut förmåga och vakenhet och grumlar ens tänkande.

Mediciner är droger som är avsedda att påskynda, sakta ner eller förändra någonting i det sätt på vilket kroppen fungerar, för att försöka få den att fungera bättre. Ibland behövs de. Men det förändrar inte det faktum att de är droger: de fungerar som stimulerande eller lugnande medel, och alltför mycket kan döda en. Så om man inte använder mediciner så som det är meningen att de ska användas, kan de vara lika farliga som illegala droger.


Den verkliga lösningen är att skaffa fakta och att aldrig börja ta droger.

VARFÖR TAR MAN DROGER?

Folk tar droger för att de vill förändra något i sitt liv.

Här är några skäl som unga människor har gett till att de tar droger:

- För att passa in
- För att fly verkligheten eller slappna av
- För att de är uttråkade
- För att verka vuxen
- För att göra uppror
- För att experimentera

De tror att droger är en lösning. Men till slut är det drogerna som blir problemet.

Även om det kan vara svårt att ta tag i sina problem, är följderna av droganvändning alltid värre än det problem som man försöker lösa genom att ta dem. Den verkliga lösningen är att skaffa fakta och att aldrig börja ta droger.



Miljontals häften som detta har delats ut till människor över hela världen på mer än 20 språk.



Efterhand som man finner nya droger på gatorna och mer information om deras verkningar blir kända, uppdateras dessa häften och nya skapas.

Häftena publiceras av Stiftelsen för en Drogfri Värld (Foundation for a Drug-Free World), en ideell, allmännyttig organisation med huvudkontor i Los Angeles i Kalifornien.

Stiftelsen tillhandahåller undervisningsmaterial, rådgivning och samordning för dess internationella drogförebyggande nätverk. Den arbetar med ungdomar, föräldrar, lärare, utbildare, volontärorganisationer och myndigheter – alla som är intresserade av att hjälpa andra människor leva ett liv utan drogmissbruk.

REFERENSMATERIAL:

För att se referensmaterialet som använts för att sammanställa detta häfte, gå till NejTillDroger.se/refs.

FOTON: sidan 2: Corbis; sidan 3: istock.com, Lou Oats; sidan 5: Faces of Meth; sidan 6: DEA (nere till höger: crystal meth); sidan 12: med tillstånd från Attorney General's Office, Taswell County, Illinois (till höger: meth-användare 1998–2004)

FAKTA MAN MÅSTE KÄNNA TILL

Detta häfte ingår i en serie publikationer som ger fakta om marijuana, alkohol, fentanyl, syntetiska droger, ecstasy, kokain, crack-kokain, crystal meth och metamfetamin, inhalationsmedel, heroin, LSD och missbruk av receptbelagda medel. Rustad med denna information kan läsaren fatta ett beslut att leva ett liv utan droger.

För att göra gratis onlinekurser eller komma i kontakt med en Drogfri Värld-avdelning i ditt område, gå till NejTillDroger.se

Stiftelsen för en Drogfri Värld
NejTillDroger.se • info@drugfreeworld.org
(+1) 888 668 63 78 • (+1) 818 952 52 60

Scanna här för att ladda ner det här häftet

© 2025 Foundation for a Drug-Free World. Alla rättigheter förbehållna. Truth About Drugs och Stiftelsen för en Drogfri Värld-logon innehas av och används med tillstånd från Foundation for a Drug-Free World. #S001562 - SWEDISH