
DE FEITEN OVER
RITALIN
MISBRUIK
TAKE 1
MORNING
RITALIN
ROUND WHITE
Lblr: MALLINKRT
SMOOKLER
Ritalinnetjes
Rids
Smarties
geendrugs-welleven.nl

WAAROM DIT BOEKJE WERD GEMAAKT

Er wordt tegenwoordig veel over drugs gesproken – op school, op straat, op het internet en op tv. Soms is het waar, soms niet.

Wat je misschien niet weet, is dat veel van wat je over drugs hoort, eigenlijk afkomstig is van diegenen die ze verkopen. Ex-dealers hebben gezegd dat ze mensen van alles vertellen om te zorgen dat ze drugs kopen.

Je hebt de waarheid en de echte feiten over drugs nodig, zodat je er een weloverwogen beslissing over kunt nemen. Daarom hebben we dit boekje opgesteld – voor jou.

Jouw feedback is belangrijk voor ons. Laat ons dus weten wat je van dit boekje vindt. Ga naar **GeenDrugs-WelLeven.nl** of stuur een e-mail naar **info@drugfreeworld.org**.



Wat is Ritalin?

Ritalin (Ritaline), een van de eerste zogenaamde "studiemedicijnen", is de gangbare naam voor *methylfenidaat*, een middel dat door de Drug Enforcement Administration (DEA, de Amerikaanse overheidsinstantie belast met het bestrijden van illegale drugs en drugshandel) is geclassificeerd als een Schedule II-stof – dezelfde categorie als cocaïne, morfine en amfetaminen*. Het wordt vaak door tieners misbruikt vanwege de stimulerende effecten.

Zelfs wanneer het wordt voorgeschreven, kan Ritalin ernstige bijwerkingen veroorzaken, waaronder nervositeit, slapeloosheid, verlies van eetlust, veranderingen in de polsslag, hartproblemen en gewichtsverlies. De fabrikant waarschuwt dat gebruikers er afhankelijk van kunnen worden.

Terwijl het misbruik van Ritalin zich verspreidde, kwamen er veel andere "studiemedicijnen" op de markt, zoals Adderall, Concerta, Metadate, Dexedrine, Focalin en Vyvanse. Deze medicijnen, die ook stimulerend werken, hebben vergelijkbare effecten. Tegen 2020 werd Adderall (een mix van twee soorten amfetamine) vaker misbruikt dan Ritalin.



De Amerikaanse Food and Drug Administration (FDA, het federale agentschap dat de kwaliteit en veiligheid van voedsel bewaakt en de commercialisering van medicatie goedkeurt) heeft een waarschuwing voor de volksgezondheid uitgegeven dat Ritalin en soortgelijke medicijnen hallucinaties, zelfmoordgedachten, psychotisch gedrag, agressie en geweld kunnen veroorzaken.

* amfetamine: een krachtig stimulerend middel voor het centrale zenuwstelsel (hersenen en ruggenmerg), vaak *speed* genoemd

Gebruikte benamingen voor Ritalin



- Diet Coke
- Kiddie Cocaine
- Kiddie Coke
- Poor Man's Cocaine
- Rids
- Ritalinnetjes
- Skittles
- Smarties
- Vitamine R

Cocaïne voor de minder bedeelden

Een ambtenaar van de drugsbestrijding getuigde voor het Amerikaanse Congres over de effecten van ADHD-medicatie en haalde onderzoeken aan van zowel dieren als mensen die cocaïne en Ritalin kregen. De proefpersonen konden het verschil tussen de twee niet ontdekken. De ambtenaar concludeerde dat “ze effecten produceren die bijna identiek zijn”.

Ritalin, Adderall en soortgelijke medicijnen zijn makkelijk te krijgen en ze zijn goedkoop. Pillen worden vaak van iemands recept genomen, gestolen of op frauduleuze wijze verkregen en vervolgens verkocht voor € 1 tot € 20 per stuk.

Omdat deze medicijnen stimulerende middelen zijn, lijken ze chemisch gezien op cocaïne. Wanneer ze als vloeistof worden geïnjecteerd, geven ze een krachtige rush waar verslaafden naar hunkeren.



Testpersonen die cocaïne en Ritalin kregen, konden geen verschil ontdekken.

Enkele feiten over “studiemedicijnen”



Ritalin is verkrijgbaar in pilvorm. De Ritalin-tabletten van 5 mg zijn lichtgeel, de tabletten van 10 mg zijn lichtgroen en de tabletten van 20 mg zijn wit of lichtgeel. Ze zijn allemaal voorzien van een nummer dat de dosering aangeeft.

Er zijn veel verschillende vormen en doseringen van Adderall, Concerta en Vyvanse.

“Studiemedicijnen” stimuleren (verhogen de activiteit van) het zenuwstelsel van het lichaam. Echter, zelfs de fabrikanten geven toe dat niemand echt weet hoe deze medicijnen werken: “Hoe het precies werkt in mensen is nog niet volledig bekend.”

Gebruikers die de medicijnen misbruiken, vermalen de tabletten tot een poeder en snuiven het. Het medicijn is in water oplosbaar, waardoor het gemakkelijk kan worden omgezet in een vloeistof die kan worden geïnjecteerd.

Zoals vermeld door de DEA: “Farmaceutische producten die omgeleid zijn uit legitieme kanalen, zijn enkele van de bronnen van methylfenidaat die beschikbaar zijn voor misbruik.” Met andere woorden, elke tablet van het medicijn dat wordt misbruikt, is afkomstig van de fabrikant – geen ervan wordt op straat gemaakt.





Nu heb ik een tolerantie opgebouwd en moet ik twee tot drie pillen van 20 mg nemen om high te worden. Ik herken mijn afhankelijkheid. Ik ben ‘cracked-out’ [alsof high van crack; doorgedraaid, hypergestoord] of zombieachtig geworden.” – Alex

“Studiemedicijnen” vinden

Helaas zijn Ritalin, Adderall en alle andere medicijnen die worden voorgeschreven voor concentratieproblemen en hyperactiviteit bijna overal te vinden. Als middelbare scholier of student is de kans groot dat je een grote voorraad binnen handbereik hebt, met pushers (je medescholieren) die maar al te graag aan jou willen verdienen.



Op sommige scholen gebruikt wel 25 procent van de leerlingen regelmatig een van deze medicijnen. De Drug Enforcement Administration (de Amerikaanse overheidsinstantie belast met het bestrijden van illegale drugs en drugshandel) ontdekte dat veel scholen meer van deze medicijnen hadden dan de apotheek in de buurt.

Waarom komt misbruik van studiemedicijnen zo vaak voor? Het is maar al te makkelijk voor een “vriend” om wat voorgeschreven pillen van zijn kleine broertje te pakken en ze vervolgens voor € 5 per stuk te verkopen.

Of een scholier die op zoek is naar een snelle kick, vertelt een schoolverpleegkundige dat hij een “studieprobleem” heeft en zich “niet kan concentreren”. Hij krijgt een recept en slaat een voorraad pillen op voor toekomstig gebruik, waarbij hij de extra’s aan zijn vrienden uitdeelt.

Hoewel de wet de onbeperkte verspreiding van deze krachtige stimulerende middelen* verbiedt, blijft het trieste feit dat deze stoffen bijna overal vrij verkrijgbaar zijn. Kiddie cocaïne, zoals het wordt genoemd, wordt uitgedeeld als snoep.

* stimulerend middel: een middel dat de onmiddellijke energie en alertheid verhoogt, maar dat gepaard gaat met een verhoging van de bloeddruk, hartslag en ademhaling



De symptomen van een bijna-overdosis beginnen. De persoon wordt heel hyper, hypergevoelig, hyperalert, met heel intense stemmingswisselingen. Het is krankzinnig." – Jake



Hoe misbruik begint

Het lijkt in het begin zo simpel. Een leerling raakt een beetje achter op school. Er komt een toets aan en hij moet zich daarop voorbereiden. Hij moet laat opblijven om zelfs maar een kans te maken om een voldoende te halen. Van koffie wordt hij zenuwachtig, maar veel van zijn vrienden gebruiken van die pillen om ze de extra energie te geven die ze nodig hebben. Waarom niet? Een paar euro; één pil; een hele nacht studeren; een gevoel van “focus”.

Daar begint het misschien, maar daar eindigt het vaak niet.

Sommige scholieren hakken Ritalin in stukjes en snuiven het zoals cocaïne voor een snellere opname. “Het houdt je urenlang wakker”, zei een gebruiker.

Net als cocaïne of een ander stimulerend middel wordt die energieboost onvermijdelijk gevolgd door

een crash, een gevoel van vermoeidheid, depressie en verminderde alertheid. Een scholier die Adderall gebruikte, vertelde dat een gevoel van "uiterste helderheid" de volgende dag veranderde in een toestand van "volledig ingestort en opgebrand" zijn. Zoals een andere gebruiker het verwoordde: "Meestal kom ik daarna in een 'crashcoma'."

En natuurlijk komt de gebruiker er al snel achter dat dit "ingestorte gevoel" kan worden verlicht met de "hulp" van nog een pil die hem weer op de been helpt. En zo gaat het door.

Vervolgens kunnen het grotere doses zijn of het snuiven ervan voor een grotere rush. De tolerantie neemt toe, dus moet de persoon meer gebruiken. In grotere doses kunnen Ritalin, Adderall en andere stimulerende middelen leiden tot stuiptrekkingen, hoofdpijn en hallucinaties. De krachtige amfetamineachtige stof kan zelfs tot de dood leiden, zoals in de vele tragische gevallen van kinderen die zijn overleden aan een hartaanval veroorzaakt door schade die in verband wordt gebracht met deze medicijnen.

Ik probeerde Ritalin voor het eerst toen ik in de brugklas zat. Ik kreeg het voorgeschreven – ze dachten dat ik lichte ADD [aandachtstekortstoornis] had omdat ik deed alsof, zodat ik een excuus had voor mijn slechte cijfers op school. Ik had nooit door dat ik mezelf verslaafd maakte, en daarna ging het met mij net zoals met iedereen die heel regelmatig drugs gebruikt.

Ik nam ongeveer 40 mg per dag en ik voelde dat het me op de top van mijn kunnen bracht. Ik bleef dagen achterelkaar wakker, tot het punt waarop ik een ernstige psychotische aanval kreeg. Het was angstaanjagend! Alles leek te smelten en te vervormen, en ik was doodsbang." – Andrea

De verwoestende gevolgen van voorgeschreven stimulerende middelen

Deze amfetamineachtige stoffen hebben dezelfde effecten op het lichaam als andere vormen van speed – verlies van eetlust, slapeloosheid, verhoogde hartslag. Het misbruik van deze medicijnen in grotere doses, vooral door injectie of snuiven, belast het lichaam nog meer. De druk op het hart kan fataal zijn.

Neem het geval van een tiener, die jarenlang Ritalin had genomen, die op een dag tijdens het skateboarden instortte – dood door een hartaanval.

Een injectie met Ritalin heeft een bijkomend, destructief effect op het lichaam. Hoewel de chemische verbinding methylfenidaat volledig oplost in water, bevatten de tabletten ook kleine deeltjes onoplosbare vulstoffen. Deze vaste stoffen blokkeren de kleine bloedvaten wanneer ze in de bloedbaan worden geïnjecteerd, wat ernstige schade aan de longen en de ogen kan veroorzaken.

Naast de lichamelijke impact van dit medicijn, zijn er ook ernstige emotionele gevolgen, zelfs bij kortdurend gebruik. Hallucinaties en psychotisch gedrag zijn niet ongewoon.

Een onderzoeker in Texas ontdekte dat één op de twaalf kinderen die met Ritalin werden "behandeld", genetische afwijkingen vertoonde die verband hielden met een verhoogd risico op kanker.

GEVOLGEN OP KORTE TERMIJN

- Verlies van eetlust
- Verhoogde hartslag, bloeddruk, lichaamstemperatuur
- Verwijde pupillen
- Verstoord slaappatroon
- Misselijkheid
- Bizar, grillig en soms gewelddadig gedrag
- Hallucinaties, buitengewone prikkelbaarheid, opvliegendheid
- Paniek en psychose
- Een hoge dosis kan leiden tot stuiptrekkingen, beroertes en de dood

GEVOLGEN OP LANGE TERMIJN

- Permanente schade aan de bloedvaten van het hart en de hersenen
- Hoge bloeddruk die leidt tot hartaanvallen, beroertes en de dood
- Schade aan lever, nieren en longen
- Vernietiging van weefsels in de neus als het gesnoven wordt
- Ademhalingsproblemen als het gerookt wordt
- Infectieziekten en ettergezwellen wanneer het geïnjecteerd wordt
- Ondervoeding, gewichtsverlies
- Desoriëntatie, apathie, extreme uitputting en verwarring
- Sterke psychologische afhankelijkheid
- Psychose
- Depressie
- Beschadiging van de hersenen, inclusief beroertes en mogelijk epilepsie



“Studiemedicijnen” leiden tot andere drugs

Het gebruik van Ritalin en andere stimulerende middelen bouwt tolerantie op, wat ertoe kan leiden dat je sterkere drugs neemt om dezelfde high te bereiken.

De medicijnen zelf leiden de persoon niet naar andere drugs. Mensen nemen middelen om van ongewenste situaties of gevoelens af te komen. Het middel maskeert het probleem voor een tijdje (terwijl de gebruiker high is).



KURTS VERHAAL: Rocklegende Kurt Cobain begon op zevenjarige leeftijd met Ritalin. Cobains weduwe, Courtney Love, geloofde dat dit medicijn leidde tot zijn latere misbruik van sterkere drugs. Hij pleegde in 1994 zelfmoord. Love kreeg als kind ook Ritalin voorgeschreven. Ze beschreef de ervaring als volgt: “Als je een kind bent en je krijgt dit medicijn dat je dat [euforische] gevoel geeft, waar ga je dan nog meer naartoe als je volwassen bent?”

Als de high afneemt, keert het probleem, de ongewenste toestand of situatie, heviger terug dan daarvoor. De gebruiker kan dan overstappen op sterkere drugs, omdat het stimulerende middel "niet meer werkt".

Uit een onderzoek van de National Institutes of Health (Amerikaanse overheidsinstelling voor medisch onderzoek) bleek dat niet-medische gebruikers van stimulerende middelen meer kans hadden om andere drugs te gaan gebruiken en vaker een verslavingsstoornis hadden. De Amerikaanse Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Centra voor Ziektebestrijding en Preventie) merken op dat jongeren die voorgeschreven medicijnen misbruiken, een groter risico lopen op psychische problemen en zelfmoord en meer geneigd zijn tot geweld.

Veelvoorkomende rechtvaardigingen

(Trap er niet in):

Er zijn veel rechtvaardigingen voor het nemen van deze krachtige drugs. Herken ze voor wat ze zijn – leugens!

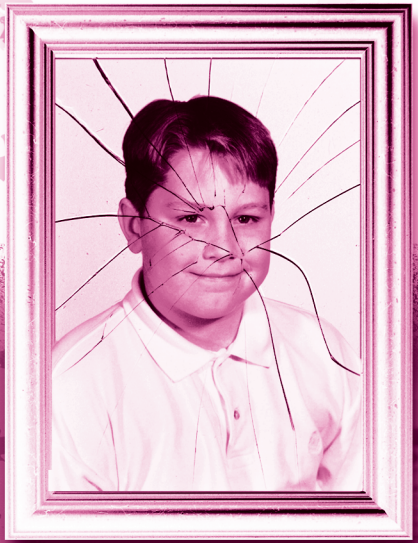
- **Iedereen gebruikt het.**
- **Het is alleen maar om te studeren.**
- **Mijn broer neemt het voor een leerstoornis. Het kan niet zo slecht zijn.**
- **Het is niet verslavend.**
- **Je kunt het onder controle houden. Je hoeft het niet opnieuw te gebruiken als je dat niet wilt.**

Laat anderen (inclusief je vrienden) je niet in de val lokken.

DOOD door Ritalin

Hoge doses Ritalin leiden tot symptomen die vergelijkbaar zijn met ander drugsgebruik, waaronder beven en spiertrekkingen, paranoia* en het gevoel dat er beestjes of wormen onder je huid kruipen.

Een 17-jarige, die fijngestampte Ritalin-pillen snoof en dagenlang wakker bleef, werd psychotisch, vermoordde zijn ouders en bracht zijn broers en zus zware verwondingen toe met een bijl.



MATTHEWS VERHAAL:

Matthew was een tiener die al zeven jaar Ritalin nam. In maart 2000 stierf hij plotseling. Hoewel hij nooit eerder hartproblemen had gehad, bleek uit de autopsie dat er duidelijke tekenen waren van schade aan kleine bloedvaten. Een van de lijkschouwers vertelde zijn ouders dat het hart van een gezonde, volgroeide man ongeveer 350 gram weegt. Matthews hart woog 402 gram. In zijn overlijdensakte staat: "Dood veroorzaakt door langdurig gebruik van methylfenidaat (Ritalin)."

* paranoia: extreme en onredelijke achterdocht, wantrouwen of angst voor andere mensen zonder bewijs of goede redenen

Een 21-jarige student uit Tennessee begon Adderall te misbruiken en werd hoe langer hoe paranoïder. Zijn neerwaartse spiraal eindigde toen hij voor een trein stapte en een einde maakte aan zijn leven.

Zelfs op het waarschuwingsetiket van de Food and Drug Administration op Adderall staat dat misbruik "kan leiden tot een overdosis en de dood".

MISBRUIK IS STRAFBAAR

In de Verenigde Staten is het onjuist gebruik van een voorgeschreven stimulerend middel onderworpen aan zware straffen. De straffen voor een eerste overtreding voor drugshandel (waar je schuldig aan zou zijn, zelfs als je slechts één of twee pillen met een vriend zou delen) omvatten tot 20 jaar gevangenisstraf en een boete van maximaal 1 miljoen dollar.

Als de handel resulteert in de dood of ernstig letsel, is het 20 jaar tot levenslang.



Ik realiseer me dat mijn interesse in en de daaruit voortvloeiende afhankelijkheid van speed begon toen ik Ritalin voorgeschreven kreeg. In het begin was het elk weekend. Toen was het elke dag.

Ik begon hallucinaties te krijgen van vogels die over me heen vlogen, het gevoel dat er mensen in dezelfde kamer waren als ik terwijl ik alleen was, en het begin van paranoia. Ik had het hele Dexedrine-recept van [een vriend] binnen een week op. Toen viel ik weer terug op mijn Ritalin en ging zo verder.

Ik kan me niet veel herinneren van het laatste jaar van de middelbare school. Maar ik herinner me wel een overweldigende depressie en een onvermogen om precies te begrijpen waarom ik het op school slechter deed dan ooit. Ik slaagde maar net en had absoluut geen plannen gemaakt om verder te studeren.

Op het laatste moment schreef ik me in bij de plaatselijke hogeschool. Ik kon ongeveer 17 dagen clean blijven voordat de behoefte aan speed alles overnam. Ik volgde de lessen één week en faalde jammerlijk." – Sam

De omvang van Ritalinmisbruik



Misbruik van voorgeschreven medicijnen zoals Ritalin en Adderall neemt toe.

Op sommige scholen heeft wel 1 op de 4 leerlingen het afgelopen jaar illegaal een van deze medicijnen misbruikt, wat betekent dat ze het zonder recept of om niet-medische redenen gebruikten.

Een belangrijke factor die bijdraagt aan het misbruik is de enorme toename van het aantal recepten dat wordt uitgeschreven voor Ritalin en andere stimulerende middelen.

In de VS steeg het aantal recepten voor stimulerende middelen van ongeveer 5 miljoen in 1991 tot bijna 35 miljoen in 2007. Het aantal bleef stijgen tot 79 miljoen in 2022.

Het aantal mensen dat naar de spoedeisende hulp ging vanwege hun gebruik van een van deze medicijnen was bijna zes keer zo hoog als het aantal dat een decennium geleden naar de spoedeisende hulp ging.

In een periode van acht jaar waren er in de VS 8240 sterfgevallen waarbij een voorgeschreven vorm van amfetamine een rol speelde en 295 sterfgevallen waarbij methylfenidaat betrokken was.

In 2018 was het aantal bezoeken aan de spoedeisende hulp van gebruikers van stimulerende drugs bijna zes keer hoger dan in 2008.



Uiteindelijk ging ik veel sterkere amfetamines gebruiken, die me vrij snel naar beneden brachten, en ik weet niet of ik er in geïnteresseerd zou zijn geraakt als ik niet met Ritalin was begonnen." – Andy



De feiten over drugs

Drugs zijn in feite vergif. Hoeveel men ervan gebruikt, bepaalt het effect.

Een kleine hoeveelheid werkt als een oppeppend middel (het versnelt je). Een grotere hoeveelheid werkt als een kalmerend middel (het vertraagt je). Een nog grotere hoeveelheid werkt als vergif en kan iemand doden.

Dat geldt voor elke drug. Alleen de hoeveelheid die je moet nemen om dat effect te bereiken verschilt.

Maar veel soorten drugs brengen een ander risico met zich mee: ze beïnvloeden rechtstreeks het verstand. Ze kunnen de waarnemingen van de gebruiker van wat er om hem of haar heen gebeurt vervormen. Als gevolg daarvan kunnen iemands handelingen vreemd, irrationeel, ongepast en zelfs destructief zijn.

Drugs blokkeren alle gewaarwordingen, zowel de gewenste als de ongewenste. Dus, hoewel ze op korte termijn hulp kunnen bieden bij het verlichten van pijn, verwoesten ze ook iemands bekwaamheid en alertheid en vertroebelen ze iemands denken.

Medicijnen zijn drugs die bedoeld zijn om iets van de werking van je lichaam te versnellen, te vertragen of te veranderen om zo te proberen dat lichaam beter te laten functioneren. Soms kan dat nodig zijn. Maar het blijven nog steeds drugs: ze werken als stimulerend of als kalmerend middel en te veel ervan kan je doden. Dus wanneer je medicijnen niet gebruikt zoals ze gebruikt horen te worden, kunnen ze even gevaarlijk zijn als drugs.

Het echte antwoord is om de feiten te kennen en in de eerste plaats geen drugs te gebruiken.



WAAROM GEBRUIKEN MENSEN DRUGS?

Mensen gebruiken drugs omdat ze iets in hun leven willen veranderen.

Hier volgen een paar redenen die jongeren voor hun drugsgebruik hebben gegeven:

- om erbij te horen
- om te ontsnappen of te ontspannen
- uit verveling
- om meer volwassen te lijken
- uit opstandigheid
- om te experimenteren

Ze denken dat drugs een oplossing zijn. Maar uiteindelijk worden de drugs het probleem.

Hoe moeilijk het ook voor iemand is om zijn probleem of problemen onder ogen te zien, de gevolgen van drugs zijn altijd erger dan het probleem dat men ermee probeert op te lossen. Het echte antwoord is om de feiten te kennen en in de eerste plaats geen drugs te gebruiken.



Miljoenen exemplaren van boekjes zoals deze zijn in meer dan 20 talen onder mensen over de hele wereld verspreid.



Omdat er steeds nieuwe drugs bijkomen en er meer over hun gevolgen bekend wordt, worden bestaande boekjes up-to-date gebracht en worden er nieuwe gemaakt.

De Foundation for a Drug-Free World is een organisatie zonder winstoogmerk ten bate van het publiek, die haar hoofdkantoor in Los Angeles, Californië, VS, heeft.

De stichting voorziet in onderwijsmaterialen, advies en coördinatie voor haar internationale drugspreventienetwerk. Ze werkt samen met jongeren, ouders, onderwijskrachten, vrijwilligersorganisaties en overheidsinstanties – iedereen die wil helpen om mensen een drugsvrij leven te laten leiden.

REFERENTIELIJST:

Voor de referenties die zijn gebruikt bij het samenstellen van dit boekje, zie GeenDrugs-WelLeven.nl/refs.

FOTOCREDITS: pagina 5: ITAR-Tass; pagina's 8, 9: istockphoto.com, Matty Symons

FEITEN DIE JE MOET WETEN

Dit boekje is deel van een serie publicaties die feiten verschaffen over marihuana, alcohol, fentanyl, synthetische drugs, xtc, cocaïne, crack cocaïne, crystal meth en methamfetamine, inhaleermiddelen, heroïne, lsd en misbruik van medicijnen. Uitgerust met deze informatie kan de lezer zelf de keuze maken om een drugsvrij leven te leiden.

Ga, om gratis online cursussen te doen of om in contact te komen met een Drug-Free World-afdeling in jouw regio, naar
GeenDrugs-WelLeven.nl

Foundation for a Drug-Free World
GeenDrugs-WelLeven.nl • info@drugfreeworld.org
1 (888) 668 6378 • +1 818 952 5260

Scan hier om dit boekje te downloaden

© 2025 Foundation for a Drug-Free World. Alle Rechten Voorbehouden. Truth About Drugs (De Feiten over Drugs) en het Foundation for a Drug-Free World Logo zijn handelsmerken in het bezit van de Foundation for a Drug-Free World en worden met permissie gebruikt. #S001562 – DUTCH