

Augustus 2013

## Gezondheidsincidenten XTC – informatie voor professionals in de uitgaanssetting

### Aanleiding en doel

Uit de Monitor Drugsincidenten 2012 ([MDI](#)) blijkt dat het aantal ernstige gezondheidsincidenten met XTC het afgelopen jaar is toegenomen. In deze factsheet informeert het CVGU u over de toename van incidenten, de risico's van XTC en de preventieactiviteiten.

### Stijging van (ernstige) incidenten

De MDI verzamelt via een aantal peilstationregio's continu anonieme gegevens over drugsincidenten. Afdelingen spoedeisende hulp van (stads)ziekenhuizen, ambulancediensten, politieartsen en organisaties die de EHBO-post bemannen op grootschalige evenementen registreren de incidenten en leveren de gegevens voor de monitor aan. Uit [cijfers van de MDI 2012](#) blijkt dat er een toename is van gezondheidsproblemen na drugsgebruik. Bij de EHBO-posten op grootschalige dancefeesten komt die stijging vooral door een toename van de incidenten met XTC. Ongeveer de helft van alle drugsgerelateerde gezondheidsproblemen op de EHBO heeft met XTC te maken. Het merendeel van deze gebruikers (87%) vertoont een lichte intoxicatie, waarbij hoofdpijn of misselijkheid optreden. De laatste jaren echter komen matige en ernstige intoxicaties onder invloed van XTC steeds vaker voor. Lees meer in het [Jaarbericht DIMS 2013](#).

### Wat is XTC?

MDMA (3,4-methyleendioxy-methamfetamine) is de chemische naam van de werkzame stof in XTC-pillen (we spreken voor het gemak over XTC in deze factsheet). Het is een middel met een oppeppende werking en een bewustzijnsveranderend effect. XTC wordt vooral gebruikt op feesten en is één van de meest gebruikte partydrugs in Nederland ([Nationale Drugs Monitor 2011](#)).

XTC heeft een stimulerende werking: het geeft een wakker en opgewekt gevoel. Daarnaast heeft het een bewustzijnsveranderend effect: muziek en kleuren worden anders waargenomen en de gebruiker heeft meer behoefte aan contact en intimiteit, vandaar de bijnaam 'love drug'. Lichamelijke effecten die kunnen optreden zijn: verwijde pupillen, verhoogde hartslag, verhoogde lichaamstemperatuur, stijf gevoel in de kaken, verlies van eetlust, droge mond, droge keel. Soms misselijkheid, braken, hoofdpijn, duizeligheid, benauwdheid. Af en toe zijn de bewegingen moeilijk te coördineren. Deze onaangename bijeffecten kunnen tot paniek leiden. Als na-effect: een prettige of juist neerslachtige, lusteloze stemming de dag(en) erna.

### Invloed van drug – persoon – omgeving

De risico's en effecten van XTC hangen o.a. af van het soort pil, de sterkte ervan (dosering) en de ingenomen hoeveelheid. Het effect van een middel wordt niet alleen bepaald door het middel zelf, maar ook door persoonsgebonden factoren, zoals het verwachte effect, ervaring met het middel, fysieke of geestelijke kwetsbaarheid, ziektegeschiedenis. Ook de omgeving waarin het wordt gebruikt -,bijvoorbeeld rustig of druk, vertrouwd of onveilig - heeft invloed op de werking en effecten van een middel. De beschreven effecten kunnen per persoon dus verschillen.

### Risico's

Gebruik van XTC brengt allerlei risico's met zich mee. Een van de grootste acute risico's van het gebruik van XTC is uitdroging en oververhitting door stijging van de lichaamstemperatuur. Toen XTC eind jaren 80 net op de Nederlandse markt kwam, leidde het gebruik tot een aantal serieuze incidenten, soms met fatale afloop. Sindsdien hebben (feest) organisatoren diverse preventieve maatregelen genomen waardoor het aantal incidenten sterk is teruggelopen. Denk aan het beschikbaar stellen van: gratis drinkwater, een in alcohol en drugs gespecialiseerde EHBO en *chill out* ruimtes of zones zonder harde muziek, met zitgelegenheid en verkoeling..

Oververhitting is de belangrijkste oorzaak van overlijden ten gevolge van XTC-gebruik. Door de combinatie van XTC-gebruik, hitte, lang dansen en te weinig drinken kan oververhitting ontstaan. Daarnaast zijn er steeds vaker pillen met hoge doseringen MDMA op de markt, waardoor het risico op oververhitting vergroot wordt: hoe hoger

de dosering MDMA in XTC, hoe groter de kans op oververhitting. Oververhitting kan incidenteel overigens ook voorkomen bij lage doseringen.

### **Hoe kunt u (beginnende) oververhitting signaleren?**

Is iemand rood en warm en goed aanspreekbaar: zoek een koele plek en besproei de persoon met koud water. Zorg vooral voor afkoeling van het hoofd.

Is iemand **bleek en warm of verminderd aanspreekbaar: bel onmiddellijk 112**, trek overtollige kleding uit en besproei de persoon met water.

- Je kunt checken of iemand het warm heeft door de palm van je hand op het voorhoofd te leggen.
- Een persoon kan zonder justitiële gevolgen voor de gebruiker hulp halen, want gebruik van XTC is in Nederland niet verboden.

Let ook op de volgende symptomen, die ook onder de 'normale' bijwerkingen van MDMA vallen:

- hoofdpijn
- stijve spieren/kramp
- duizeligheid

Bovenstaande verschijnselen hoeven niet per se een voorbode te zijn van levensgevaarlijke oververhitting. Toch adviseren we, gezien de recente incidenten, om bij de EHBO langs te gaan wanneer iemand last krijgt van deze verschijnselen.

Naast oververhitting zijn er ook andere gezondheidsincidenten veroorzaakt door alcohol en drugs. Meer informatie hierover kunt u vinden in de [Factsheet Gezondheidsincidenten door alcohol en drugs](#).

### **Wat gebeurt er aan preventie?**

In Nederland wordt de XTC markt gemonitord door het landelijke Drugs Informatie en Monitoringsysteem ([DIMS](#)). Wanneer er pillen met extra risico's in omloop zijn, start het DIMS een waarschuwingscampagne in samenwerking met regionale instellingen voor alcohol- en drugspreventie. Organisatoren van evenementen of festivals wordt dan gevraagd deze campagne te steunen, bijvoorbeeld door het actief verspreiden van informatie. Ook worden medische diensten geïnformeerd. Dit zijn extra voorlichtingsactiviteiten, naast de continue preventie zoals het voorkómen van drugsgebruik via voorlichting aan ouders en scholen, aan jongeren die bij het uitgaan drugs gebruiken, scholing van horeca-, veiligheids- en gezondheidsprofessionals in uitgaansgebieden, en stimuleren dat gemeenten, evenementorganisaties, politie en horeca zorgen voor alcohol- en drugsbeleid in uitgaanssettings.

### **Wat kunt u doen?**

De normale maatregelen die gezondheid en veiligheid bewaken van bezoekers van een evenement zijn belangrijk. U kunt daarnaast personeel informeren en instructies geven extra alert te zijn op mensen die onwel worden, extra toezicht houden en zorgen voor goede bewegwijzering naar EHBO en rustruimtes.

Festival organisatoren kunnen via een instelling voor verslavingszorg een [Unity team](#) uitnodigen voor hun feest. Zo'n team bestaat uit jonge voorlichters die leeftijdgenoten op het festival informeren en hun vragen beantwoorden over XTC en andere drugs.

### **Wat kan het CVGU voor u doen?**

Wilt u meer weten of wilt u advies op maat? Bel met het CVGU via **030 295 94 90** of stel uw vraag via [info@veiligengezonduitgaan.nl](mailto:info@veiligengezonduitgaan.nl). Algemene informatie over XTC is te vinden via de Trimbos websites [trimbos.nl](http://trimbos.nl).

*Dit is een uitgave van het project Uitgaan, Alcohol en Drugs van het Trimbos-instituut, in samenwerking met het CVGU.*

