

Lachgas

Tips voor een gesprek

Informatieblad

Juli 2017



Het gebruik van lachgas is populair onder kinderen en jongeren, zowel thuis en op straat als op festivals. Het gebruik van lachgas verloopt meestal zonder problemen, maar er zijn wel degelijk gezondheidsrisico's. Samen met YOUZ willen we jongeren hierover informeren. U kunt ons daarbij helpen door het gesprek met jongeren aan te gaan over het gebruik en de risico's van lachgas. Hoe u dat kunt doen, leest u in dit informatieblad.

Lachgas wordt gebruikt als verdovingsmiddel bij operaties, in de voedingsmiddelenindustrie (bijvoorbeeld als drijfgas in slagroomapparaten) en recreatief als roesmiddel. Voor medicinaal gebruik wordt lachgas vermengd met pure zuurstof. Voor de voedingsmiddelenindustrie en als roesmiddel wordt lachgas niet vermengd met zuurstof en is daardoor relatief sterker.

Hoe werkt het als roesmiddel?

Lachgas wordt ingeademd via een ballon. Het lachgas komt uit een patroon, of een cilinder en kan op verschillende manier in de ballon worden geleegd. Dat kan via een speciale spuitbus of via een opzetstuk; een cracker. De sterke roes merk je na enkele minuten en zakt dan weg. Er is sprake van een bewustzijnsdaling die lijkt op dronkenschap.

Wat zijn de risico's?

Bij doorsnee recreatief gebruik van lachgas (minder dan 10 ballonnen per maand) worden geen gezondheidseffecten verwacht. Het gebruik van lachgas verloopt meestal zonder problemen. Daarom denken jongeren dat lachgas volkomen veilig is. Er zijn echter wel degelijk gezondheidsrisico's; als je veel neemt of op een onveilige manier gebruikt:

- Hersenbeschadiging: bij langdurig gebruik kan hersenbeschadiging optreden, omdat lachgas de werking van vitamine B12 blokkeert. Symptomen van hersenschade door lachgas zijn tintelingen in vingers en tenen.
- Longen bevroren: bij inademing van lachgas rechtstreeks uit de gastank, gaspatroon of spuit is er kans op bevrozing van de longen. Ook lippen, neus en stembanden kunnen bevriezen.
- Gehoorschade: gebruik tijdens verkoudheid kan leiden tot het springen van het trommelvlies, met oorpijn en eventueel blijvende gehoorschade als gevolg.
- Zuurstoftekort: door het gebruik van lachgas kan zuurstoftekort optreden. Dit kan leiden tot duizeligheid, hoofdpijn, verwardheid, misselijkheid en flauwvallen.
- Gevaar in verkeer: nog uren na het gebruik van lachgas is deelname aan het verkeer (ook fietsen) gevaarlijk.
- Stikken: bij verkeerd gebruik van lachgas kun je stikken, bijvoorbeeld door te inhaleren zonder tussendoor ook zuurstof in te ademen of door met een zak over het hoofd te inhaleren.
- Onvruchtbaarheid: door veelvuldig gebruik bestaat de kans op onvruchtbaarheid of impotentie.
- Het gebruik van lachgas gepaard met alcohol, GHB of andere verdovende middelen (mengintoxicaties) versterkt de verdovende werking en leidt tot meer gezondheidsincidenten.

Effecten

De langetermijneffecten van herhaaldelijk kortdurend zuurstofgebrek in de jonge hersenen zijn nog onbekend. Wel weten we dat het ontwikkelend brein van jongeren kwetsbaar is voor de effecten van psychoactieve stoffen in het algemeen. Meer informatie over risico's bij herhaaldelijk en veelvuldig gebruik van lachgas is te vinden op de website van het trimbos instituut: www.trimbos.nl/producten-en-diensten/webwinkel/product/?prod=af1384.

Wat kunt u doen?

Lachgas wordt veelvuldig gebruikt in de voedingsmiddelenindustrie waardoor verbieden onmogelijk is. Daarom wordt vooral ingezet op preventie middels voorlichting. Hieronder treft u een instructie over hoe u het gesprek met jongeren over lachgas kunt aangaan.

Hoe ga je het gesprek aan met een jongere?

Lachgaspatronen zijn bijna niet meer weg te denken uit het straatbeeld. Veel jongeren kennen de zilveren patronen of hebben zelf al een keer lachgas gebruikt. Het lijkt heel onschuldig, maar toch zijn er risico's voor de gebruiker. Ga daarom altijd hierover het gesprek aan met de jongere:

- Vraag bij de jongere na wat hij/zij al weet over lachgas
- Check welke positieve effecten de jongere heeft gemerkt.
- Check of de jongere ook negatieve effecten heeft gemerkt.
- Leg naar aanleiding van de negatieve effecten uit welke risico's er zijn en benadruk vooral dat de langetermijneffecten voor een brein in ontwikkeling niet bekend zijn.
- Wijs op de mogelijkheid om meer informatie te lezen of advies in te winnen (zie blok meer info).

Meer info

U kunt contact opnemen met YOUZ als u:

- vragen of zorgen heeft
- advies wilt
- een jongere wilt aanmelden voor een gesprek met een medewerker

YOUZ biedt advies en behandeling aan jongeren die vragen hebben of hulp nodig hebben in de omgang met middelengebruik of gok- of gamegedrag.

www.youz.nl/preventie@youz.nl

088 - 230 30 30

