

Hur rusmedel påverkar människan

Att inneha kunskap om olika droger är en del av omsorgen om den egna hälsan och välbefinnandet. De som arbetar inom social- och hälsovårdsbranschen kan stöda klienterna genom att förmedla tidsenlig droginformation.

Droganvändning medför risker. Missbruk ger alltid upphov till problem med hälsan, samt sociala och psykiska problem. Effekterna av bruket kan emellertid inte definieras entydigt. Faktorer som inverkar är bl.a. drogens egenskaper, miljön och den aktuella situationen. De individuella variationsskillnaderna är stora.

På dessa sidor har vi samlat den senaste informationen om de mest använda drogerna i Finland och deras mest typiska verkningar på människan. Informationen är uppdaterad 2013. Kunskapen förnyas dock hela tiden. För att du lättare skall kunna hitta ny information har vi antecknat våra källor, med hjälp av vilka man snabbt kan hitta aktuell information.

Vi hoppas affischen underlättar förmedlandet av drogkunskap till klienterna.



Helsingfors stad

Helsingfors stads social- och
hälsovårdsverk

Förebyggande
mentalvårds- och
rusmedelsarbete för vuxna

www.hel.fi/ety



Vantaa

Vanda stads
missbrukarservice

Enheten för
förebyggande
rusmedelsarbete

www.vantaa.fi/ehkapa



KÄLLOR



Alkoholprogrammet 2008-2011

www.alkoholiohjelma.fi

Duodecims hälsportal

www.terveysportti.fi

Gångse vård-rekommendationer

www.kaypahoito.fi

Droglinken

www.paihdelinkki.fi

Institutet för hälsa och välfärd

www.thl.fi

Statistikcentralen

www.stat.fi



Läkärens tietokannat, Lääkärilehti, Duodecim, Pubmed,
Cochrane Library, Pharmaca Fennica

Päihdelääketiede. Salaspuro, Kiianmaa, Seppä (toim.).
Kustannus OY Duodecim. Gummerus Kirjapaino Oy.
Jyväskylä 2003.

Päihdetilastollinen vuosikirja 2012. THL.

Juvenes Print - Suomen Yliopistopaino Oy. Tampere 2012.



TOBAK (nikotin)

Användnings-sätt	Röks, snusas
Hur drogen påverkar	Hos en förstagångsanvändare illamående, yrsel, hjärtklappning, ökad salivproduktion, kalsvettning. Vid fortsatt bruk: lugnar och mildrar tråkiga känslor. Stimulerar: väcker positiva känslor, välbefinnande och njutning.
Beroende	Ett starkt fysiskt och psykiskt beroende utvecklas snabbt.
Avvänjnings-symptom	Retlighet, otålighet, röksugenhet, rastlöshet, koncentrations- och sömnsvårigheter, huvudvärk och sötsug
Fysiska skade-verkningar	Lukt- och smaksinnet försvagas. Infektionskänslighet, dålig sårhäkning. Riskfaktor för magsår, tand- och tandköttssjukdomar, allergier och astma, osteoporos samt olika former av cancer. Förhöjt blodtryck, hjärt- och kärlsjukdomar, kronisk luftvägssjukdom och kronisk obstruktiv lungsjukdom (chronic obstructive pulmonary disease, COPD). Impotens, infertilitet, förtidig menopaus och nedsatt förmåga att hålla tillbaka urinen.
Foster-inverkan	Risken för missfall och fostrets död i livmodern ökar. Även komplikationer kopplade till placentan, blödningar under graviditeten och födsel i förtid är vanligare hos rökare. Låg födelsevikt hos barnet och en förhöjd risk för spädbarnsdöd. En del av effekterna, som inlärningssvårigheter, överaktivitet, och en ökad benägenhet för lungvägsinfektioner, syns först när barnet växer.
Psykiska skade-verkningar	Skadeverkningarna är lindriga, men ökar och försvåras då nikotinberoendet växer.
Sociala skade-verkningar	Skador av passiv rökning, miljökador, foster utsätts för nikotin och andra skadliga ämnen i tobaken
Över-dosering	60 mg nikotin är en dödlig dos för vuxna. Nikotin i stora mängder leder till kraftigt illamående.
Samverkan	Tobaksrökning förändrar många mediciners effekt eller den nödvändiga dosen (bl.a. insulin och vissa depressionsmediciner).
Förekomst	Av de 15–64-åringar som dagligen röker var 15 % kvinnor och 22 % män år 2011.

ALKOHOL

Användnings- sätt	Dricks
Hur drogen påverkar	Effekterna är individuella, t.ex. över 0,3 promille: koncentrations-, reaktions- och koordinationsförmågan försvagas. Över 1 promille: nervsystemets funktion förlamas, muskelkoordinationen försvagas, sinnesförmågelserna försvagas, reaktionsförmågan blir långsammare och prestationsförmågan försämras. Över 2 promille: dåsighet, känslan av smärta minskar och medvetandenivån sjunker. Cirka 3 promille: alkoholförgiftning.
Beroende	Kan förorsaka starkt fysiskt och psykiskt beroende.
Avvänjnings- symptom	Rastlöshet, ångest, skakningar, balansstörningar, kräkning, störningar i känslan, ökad puls, förhöjt blodtryck, medvetlöshetsanfall, syn- och hörselvillor, risk för att alkoholdelirium utvecklas
Fysiska skade- verkningar	Riskfaktor i totalt olika sjukdomar. Förhöjt blodtryck, luftvägsinfektioner, övervikt, sömnsvårigheter, olycksfallsrisk, hjärnskador, leversjukdomar, bukspottkörtelinflammation och hjärt- och kärlsjukdomar. Störningar i perifera nervsystemet, hudproblem, störningar i uppsugningen av näringsämnen och hormonrubbnings- Cancerrisk: svalg-, mun-, matstrups-, tjocktarms- och bröstcancer. Alkoholister har benägenhet att insjukna i epilepsi och olika hjärnsjukdomar.
Foster- inverkan	Fosterskador, missfall och risk för födsel i förtid, FAS-syndrom (nivån på störningen i centrala nervsystemet växlar från utvecklingsstörning till inlärningssvårigheter, utseende, långsam tillväxt)
Psykiska skade- verkningar	Storkonsumtion förorsakar humörväxlingar, depression och ångest. Risken för självmord ökar. En riklig förbrukning av alkohol kan leda till paranoia (förföljelsemani), psykosor och delirium. Depression är allmänt hos personer med alkoholberoende.
Sociala skade- verkningar	Bruket kan vara kopplat till våld, olycksfall, rattonykterhet, sjukledigheter, ekonomiska svårigheter, brott och ordningsstörningar. Försvarar familjelivet, människorelationer och orsakar ångslan och ångest hos barnen. Minskar förmågan att klara sig i arbetslivet.
Över- dosering	En fylla på cirka 3 promille hos en vuxen leder till alkoholförgiftning. Förgiftningen kan leda till koma, hjärt- eller andningsstillestånd.
Samverkan	En samtidig användning av läkemedel eller droger ökar risken för förgiftning.
Förekomst	Med riskgräns avses den mängd, som med sannolikhet avsevärt ökar på hälsoskadorna. Hos kvinnor är det frågan om ett dagligt bruk på minst 2 portioner eller ett berusningsinriktat bruk (5 portioner) som upprepas varje vecka. För män är motsvarande gränser 4 portioner per dag eller ett engångsbruk på 7 portioner varje vecka.

LUGNANDE MEDEL OCH SÖMNMEDEL

(bentsodiatsepiner, tsolpidem, tsolpiklon)

Användnings-sätt	Äts, intravenöst
Hur drogen påverkar	Lugnar, stora doser orsakar trötthet. Sänker impulskontrollen och disponerar på så sätt för användning av andra rusmedel och för aggressivitet.
Beroende	Ett fysiskt och psykiskt beroende utvecklas ofta.
Avvänjnings-symptom	Ångest, panikattacker, rädsla, irritabilitet, upphetsning, misstänksamhet, sömnlöshet, störningar i sömnrhythmen, dagtrötthet, muskel- och ledvärk, ökad puls och förhöjt blodtryck, skakningar, rastlöshet, illamående, snuvighet, svettningar, ringningar i öronen, medvetlöshetskrampattacker samt störningar i iakttagelseförmåga
Fysiska skade-verkningar	Muskelsvaghet, störningar i muskelfunktion och muskelkontroll, balansstörningar, sluddrigt tal och impotens
Foster-inverkan	Den största risken föreligger under den första trimestern, bl.a. för hypotermi, andningssvårigheter och avvänjningssymptom hos det nyfödda barnet.
Psykiska skade-verkningar	Förorsakar känslolavtrubning, depression, panikattacker, sömnstörningar och sexuell olust. Leder även till störningar i minne, koncentrationsförmåga och kognitiva funktioner.
Sociala skade-verkningar	
Över-dosering	Stora doser kan vara livsfarliga.
Samverkan	Förstärker alkoholens och opiaternas samverkan. Samtidig användning ökar förgiftningsrisken.
Förekomst	Av befolkningen har 4,5% någon gång använt benzodiatsepiner för att bli berusade. Av rusmedelspatienterna har cirka 25 % någon gång använt läkemedel som berusningsmedel.



CANNABIS

(haschisch, marijuana)

Användnings-sätt	Röks, äts, dricks
Hur drogen påverkar	Stimulerar och förlamar centrala nervsystemet. Hallucinationer och vanföreställningar kan förekomma. Hjärtats pulsfrekvens ökar, ögonens bindvävnad blir blodsprängd, aptiten ökar och munnen blir torr. Effekten försvinner efter 2–4 timmar.
Beroende	Regelbundet bruk leder lätt till psykiskt beroende. Också ett fysiskt beroende är möjligt.
Avvänjnings-symptom	Irritation, nervositet, depression, rastlöshet, sömnsvårigheter, plåga, ångest, skakningar, svettning och illamående
Fysiska skade-verkningar	Skadlig inverkan på hjärt- och blodomloppsorganen. Ett långvarigt bruk sänker kroppens motståndskraft, ökar mottagligheten för lungsjukdomar och ökar risken för cancer i mun, lungor, svalg och struphuvud. Den sexuella lusten och förmågan samt fertiliteten sjunker.
Foster-inverkan	Minskar fostrets tillväxt och kan orsaka missbildningar.
Psykiska skade-verkningar	Kan ge upphov till panikreaktioner och förvirring. Ökar risken för psykotiskt beteende och för schizofreni. Ett långvarigt bruk leder till trötthet, depression och förändringar i personligheten. Försvagar inlärnings- och koncentrationsförmågan samt minnet. Försvagar motoriken och koordinations- och bedömningsförmågan.
Sociala skade-verkningar	Försvårar livshandlingen och sociala relationer. Orsakar ekonomiska svårigheter och rattonykterhet.
Över-dosering	
Samverkan	
Förekomst	Den mest provade drogen i Finland. Cirka 17 % av 15–69 -åringar har någon gång provat på cannabis.



STIMULANTER

(amfetamin, meta-amfetamin, kokain, crack, extas)

Användnings-sätt	Äts, snusas, intravenöst
Hur drogen påverkar	Stimulerar centrala nervsystemet. Piggar upp, minskar aptiten, höjer humöret och ökar känslan av välbefinnande. Effekten varar 4–12 timmar.
Beroende	Leder lätt till beroende. Kokain ger upphov till ett mycket kraftigt psykiskt beroende.
Avvänjnings-symptom	Depression (även mycket grav), paranoida tankar, sömnsvårigheter, rastlöshet, apati, trötthet, ångest och olika fysiska symptom. Knarkbegäret är speciellt kraftigt hos kokainister.
Fysiska skade-verkningar	Ökar risken för hjärnblödningar, hjärninfarkter, bestående hjärnskador och epileptiska anfall. Intravenöst bruk ökar benägenheten för trombos i blodkärlen och blodkärlsinflammationer (hiv, hepatit). Snortning av kokain kan leda till kallbrand i näsans mellanvägg och rökning till lunginflammationer. Ett långvarigt bruk förorsakar undernäring och sömnlöshet.
Foster-inverkan	Gör att fostret växer långsammare, ökar risken för havandeskapskomplikationer (som en förtida lossning av moderkakan). Kan skada fostrets hjärna, hjärta och njurar.
Psykiska skade-verkningar	Förorsakar olustkänslor, förvirring, rastlöshet och paranoia. Risken för psykoser ökar. Användningen ökar risktagningen, aggressiviteten och impulsiviteten.
Sociala skade-verkningar	Kan leda till allvarlig utslagenhet, kriminalitet, prostitution, våld och hot om våld. Förorsakar problem i människorelationer, familjeliv och i vardagslivet, omhändertaganden samt rattonykterhet.
Över-dosering	Livshotande hjärtbesvär, hypertermi, upphetsning, kramper och psykotiskt beteende
Samverkan	Användningen av extas tillsammans med vissa depressionsmediciner kan vara livshotande.
Förekomst	År 2010 hade två procent av vuxenbefolkningen någon gång provat amfetamin eller extas och 1,5 procent hade provat kokain. Av de kunder som sökt sig till rusvården på grund av narkotikabruk hade 14 procent bruk av amfetamin eller andra stimulanter som sin främsta orsak till att söka vård.



OPIATER

(heroin, morfin, kodein, metadon, tramadol och buprenorfin)

Användnings-sätt	Äts, röks och tas intravenöst.
Hur drogen påverkar	Förlamar centrala nervsystemet och är euforiserande. Ger en känsla av värme, tunga lemmar och torr mun. Tillståndet varierar från piggt till sömngigt. Känslan av hunger och smärta samt sexuella begär försvinner. Effekten varar 4-12 timmar.
Beroende	Ett kraftigt fysiskt och psykiskt beroende utvecklas snabbt. Heroin är den drog som orsakar det allra kraftigaste beroendet.
Avvänjnings-symptom	Irritation, depression, illamående, muskelsmärter, rinnande ögon, snuva, utvidgade pupiller, svettning, frossa, diarré, sömnlöshet och stegring
Fysiska skade-verkningar	Intravenös användning utgör riskfaktor för trombosor och infektioner (t.ex. hepatit och hiv). Förstoppning vanlig. Oregelbunden mens och infertilitet hos kvinnor. Männens sexuella lust försvagas.
Foster-inverkan	Skadar utvecklingen av fostrets hjärta och hjärna. Ökar risken för missfall och plötslig spädbarnsdöd. Barnets avvänjningssymtom kan vara i upp till 6 veckor.
Psykiska skade-verkningar	Det psykiska beroendet förorsakar ständig stress, depression och ökar risken för självmordsförsök. Störningar i personligheten är allmänt förekommande. Reaktionsförmågan, observationsförmågan och prestationsförmågan försvagas.
Sociala skade-verkningar	Bruket kan leda till allvarlig utslagenhet, kriminalitet, prostitution, våld och hot om våld, problem i människorelationer, familjeliv och i vardagsliv, omhändertaganden samt rattonykterhet.
Över-dosering	Stora doser är livshotande. Den största förgiftningsrisken är kopplad till heroin med andningsstillestånd och koma som följd. Metadon förorsakar långvarig medvetslöshet.
Samverkan	Alkohol förvärrar förgiftningssymptomen. Dödsfall som förorsakats av buprenorfin beror i allmänhet på att lugnande mediciner eller alkohol har använts samtidigt.
Förekomst	År 2010 hade c. 1 % av vuxenbefolkningen provat på opiater någon gång under sitt liv. Av de kunder som sökte sig till rusvård på grund av narkotikabruk hade en majoritet (55 %) opiatbruk som sin främsta orsak till att söka vård.

HALLUCINOGENER

(LSD, psilocybin, PCP)

Användnings-sätt	Äts och röks
Hur drogen påverkar	Den kraftigaste hallucinogenen LSD höjer aktivitetsnivån, förorsakar hallucinationer och ökar instabiliteten i känslolivet. Bedömningen av tid och avstånd försvagas. Effekten kan vara i upp till 12 timmar.
Beroende	Toleransen ökar snabbt. Ett psykiskt beroende kan utvecklas.
Avvänjnings-symptom	Rastlöshet, rädslostillstånd, trötthet, depression och sömnrubbingar
Fysiska skade-verkningar	Höjer blodtrycket och försnabbar pulsen, gör andningen snabbare och djupare. Förorsakar illamående, uppkastningar och aptitlöshet.
Foster-inverkan	Man känner inte med säkerhet till hur fostret påverkas.
Psykiska skade-verkningar	Också enstaka användningsgångar kan förorsaka personlighetsförändringar. Flashbacks (= återtrippar) kan upprepas också efter en lång tid, trots att bruket upphört. LSD och PCP kan ge symptom som liknar schizofreni.
Sociala skade-verkningar	Förorsakar svårigheter i människorelationer, stegvis ökande apati och minskat intresse för omvärlden och sociala kontakter. Rattonykterhet, ökad risk för olycksfall
Över-dosering	Tar sig uttryck som förvirringstillstånd och psykotiska störningar. Stora doser av PCP förorsakar koma.
Samverkan	
Förekomst	Allmänt bland blandmissbrukare.

KÄLLOR OCH LÄNKAR



GAMMA

(gammahydroxinbutyrat)

GBL

(gammabutyrolakton)

Användnings-sätt	Äts och dricks
Hur drogen påverkar	Avslappnande och euforiserande. Förlamar det centrala nervsystemets verksamhet och förorsakar en sänkning av medvetandenivån. Verkar i cirka 3 timmar.
Beroende	Förorsakar psykiskt och fysiskt beroende.
Avvänjnings-symptom	Sömlöshet, ångest, skakningar och yrsel
Fysiska skade-verkningar	Endast de kortvariga skadeverkningarna är kända. Förlamar centrala nervsystemet, vilket kan leda till medvetlöshet eller rentav till döden. Förorsakar uppkastningar, försvagad koordinationsförmåga, huvudvärk, undertemperatur, andningsförlamning, rytmstörningar i hjärtat och sänkning av blodtrycket.
Foster-inverkan	Man känner inte med säkerhet till hur fostret påverkas.
Psykiska skade-verkningar	Förorsakar hallucinationer, förvirring och minnesförlust.
Sociala skade-verkningar	Försvårar ett normalt liv.
Över-dosering	Den berusande dosen av gamma kan mätas i milliliter och därför är förgiftningsrisken stor. GBL är flera gånger kraftigare än gamma. Förgiftningssymptom är förvirring, medvetlöshet och andningsförlamning.
Samverkan	I kombination med alkohol eller läkemedel ökar risken för förgiftning och död.
Förekomst	Rätt så allmänt bland unga blandmissbrukare.

KÄLLOR OCH LÄNKAR



KHAT

(blad från catha edulis -busken)

Användnings-sätt	Tuggas
Hur drogen påverkar	Stimulerar centrala nervsystemet och sympatiska nervsystemet. Piggar upp, ökar livligheten, talförheten och orken. Omdömesförmågan minskar. Verkan är störst efter 3 timmar.
Beroende	Ett psykiskt och delvis också ett fysiskt beroende utvecklas.
Avvänjnings-symptom	Trötthet och depression
Fysiska skade-verkningar	Höjer blodtrycket, förorsakar förstoppning, avmagring och inflammationer i mun och matsmältningskanal. Orsakar impotens och ejakulationsproblem hos män.
Foster-inverkan	Undervikt hos det nyfödda barnet
Psykiska skade-verkningar	Förorsakar sömnlöshet, aggressivitet, ångest, irritation, depression, hallucinationer och psykoser.
Sociala skade-verkningar	Ett regelbundet, långvarigt bruk leder till svårigheter i familj- och vänrelationer, arbete, skolgång och ekonomi. Vanan förs över till nästa generation.
Över-dosering	
Samverkan	
Förekomst	Användningen i Finland begränsas närmast till invandrare från Östafrika och Arabiska halvön.

KÄLLOR OCH LÄNKAR



SNIFFNINGSMEDEL

(lim, förtunningsmedel, rengöringsmedel, thinner, butan)

Användnings-sätt	Sniffas och inhaleras
Hur drogen påverkar	Ger ett berusningsliknande tillstånd; livlighet, illamående, förvirring, förlust av självkontrollen och hallucinationer. Berusningstillståndet är kortvarigt.
Beroende	Toleransen ökar snabbt. Mentalt beroende, fysiskt beroende i långvarigt bruk
Avvänjnings-symptom	Trötthet, kraftlöshet, huvudvärk, avtrubbade känsla, minnesluckor och illamående
Fysiska skade-verkningar	Orsakar bestående skador i hjärna och inre organ, samt näsblod, rödögdhet, sår i mun och näsborrar. Försvagar musklernas finjustering, förtvinar. Rytmstörningar i hjärtat är vanliga. Försvagar benmärgens produktion av blodceller, risk för benmärgs- och lymfatisk leukemi.
Foster-inverkan	
Psykiska skade-verkningar	Förorsakar depression, isolation och talsvårigheter. Ökar benägenheten för att utveckla paranoid psykos. Försvagar kraftigt de kognitiva funktionerna och minnet.
Sociala skade-verkningar	Förorsakar snabbt allvarlig marginalisering och insjuknande.
Över-dosering	Risk för plötslig död eftersom ämnet är mycket giftigt.
Samverkan	
Förekomst	Uppskattningsvis provar 1-2 % av finländska ungdomar på sniffning.

KÄLLOR OCH LÄNKAR



STEROIDDOPING

(nandrolon, metandienon, testosteron och anabola steroider, tillväxthormon)

Användnings-sätt	Äts och injiceras i muskel.
Hur drogen påverkar	Effekterna androgena (maskuliniserande) och anabola (ökar muskelmassan)
Beroende	Förorsakar psykiskt och fysiskt beroende.
Avvänjnings-symptom	Hos män nedgång i testosteronproduktionen, depression, minskad sexuell lust. Sömnrubbingar, trötthet, aptitlöshet och lättretlighet
Fysiska skade-verkningar	Orsakar acne, sömn- och ämnesomsättningsrubbingar och sänker motståndskraften. Förorsakar hjärt- och kärlsjukdomar, leversjukdomar och sjukdomar i stödorganen. Längdtillväxten hos unga stannar av. Män riskerar att bli skalliga, infertila, impotenta och få prostatacancer. Kvinnor riskerar sänkning av röstläget, störningar i menscykeln och skrumpen livmoder.
Foster-inverkan	Missbildningar och fosterdöd
Psykiska skade-verkningar	Förorsakar depression, ångest, psykotiskt beteende och överaktivitet. Ökar aggressivitet, humörväxlingar och eufori. Försvagar den kognitiva prestationsförmågan.
Sociale skade-verkningar	Leder till problem i människorelationer och ekonomi. Våldstendenser, kriminalitet
Över-dosering	Förorsakar hjärtinfarkter och plötslig död.
Samverkan	
Förekomst	Över 10 000 användare. Användningen allmännast bland konditionssalsbesökare och styrketränare.

KÄLLOR OCH LÄNKAR



DESIGNDROGER

syntetisk cannabis eller amfetaminliknande substanser

Användnings-sätt	Varierar enligt den använda substansen – många designdroger tas i tablettform, syntetiskt cannabis (Spice, jehova) röks och vissa designdroger tas intravenöst.
Hur drogen påverkar	Olika designdroger kan ha mycket olika inverkan, t.ex. hallucinerande, uppiggande eller förlamande av kroppsfunktionerna.
Beroende	Tillgång till pålitlig information om beroende orsakat av designdroger saknas.
Avvänjnings-symptom	Säker information finns ej tillgänglig.
Fysiska skade-verkningar	Det finns inte nödvändigtvis pålitlig information om designdrogers styrka eller verkningar/skadeverkningar. Skadeverkningar kan uppstå redan första gången en substans används. Om substansen är ett derivat av ett redan känt ämne, kan man försiktigt anta att det har liknande verkningar som det ursprungliga ämnet.
Foster-inverkan	
Psykiska skade-verkningar	Beror på det använda ämnet.
Sociala skade-verkningar	
Över-dosering	Eftersom substansernas inverkan är dåligt känd, är överdoseringsrisken ofta stor, speciellt vid intravenöst bruk.
Samverkan	Substansernas samverkan med andra rusmedel eller med till exempel läkemedel är dåligt känd.
Förekomst	Nya designdroger uppenbara sig ständigt på marknaden. Då substanserna inte omfattas av narkotika-lagstiftningen, kan de utnyttjas för att kringgå lagen. Många designdroger kan köpas på nätet.

