

AMFETAMIN



OPPLEVER DU PROBLEMER
KNYTTET TIL RUSBRUK?



LES MER OM BIVIRKNINGER
OG FORHOLDSREGLER.



HVA ER AMFETAMIN?

Amfetamin er et sentralstimulerende stoff som brukes både som legemiddel og ulovlig rusmiddel. Det selges vanligvis som hvitt, gult, grått eller rosa pulver, men kan også komme som pasta eller fuktige klumper. Det har ofte en skarp, kjemisk lukt. Vanlige kallenavn i Norge er speed, pepper, fort, makka og joggesko.



HVORDAN VIRKER AMFETAMIN?

Amfetamin stimulerer kroppen og hjernen. Du kan føle deg mer våken og aktiv enn vanlig. Mange blir mer pratsomme, beveger seg mer og føler seg mer «på». Tankene kan gå raskere, og det kan være vanskelig å sitte i ro. Behovet for mat og søvn blir ofte mindre, og noen føler økt selvtillit mens rusen varer.

Du kan også oppleve å bli rastløs, stresset eller ansent. Noen kan bli irritable, mistenksomme eller oppleve sanseintrykk som sterkere enn de egentlig er.

Metamfetamin

Metamfetamin ligner på amfetamin, men er sterkere. Mange får samme virkninger som når de tar amfetamin, men virkningene kan være kraftigere og vare lenger.

Fordi metamfetamin er sterkere, er det vanlig å bruke lavere doser – ofte rundt 5–30 mg rent stoff. Rusen kan starte raskt og vare i 8–14 timer, avhengig av hvor mye du bruker og hvordan du tar det.

Metamfetamin finnes både som pulver og i krystallform (ice/crystal meth), som det er vanlig å røyke. Tidligere var det lite av krystallformen i Norge, men den har blitt mer vanlig den siste tiden.

Risikoen for bivirkninger og avhengighet er høyere enn ved vanlig amfetamin. Det skyldes både selve stoffet og det at det røykes.



BIVIRKNINGER, RISIKO, AVHENGIGHET OG ABSTINENSER

Amfetamin kan gi både fysiske og psykiske reaksjoner, selv i små doser. Risiko for negative bivirkninger øker hvis du har helseplager fra før, eller hvis du blander med andre rusmidler eller medisiner.

Fysiske bivirkninger

Av fysiske bivirkninger kan du få økt puls og blodtrykk, høyere kroppstemperatur, rask pust, svetting, skjelvinger og muskelkramper.

I sjeldne tilfeller kan amfetamin gi alvorlige reaksjoner, som hjerteinfarkt, hjerterytme-forstyrrelser, hjerneblødning eller plutselig kollaps – også hos unge og ellers friske personer.

Psykiske bivirkninger

Psykiske bivirkninger kan komme raskt etter inntak. Vanlige reaksjoner er uro, irritabilitet, angst, panikkfølelse og forvirring. Noen kan bli mistenksomme eller få akutt psykose med hallusinasjoner og endret atferd.

Bruker du amfetamin ofte, og over flere dager uten å sove, øker risikoen for sterke reaksjoner. Mange kan da oppleve kraftig utmattelse, panikkangst, forvirring eller psykose. Hos enkelte varer plagene lenge etter at de har sluttet å bruke stoffet.

Langvarig bruk

Bruker du mye amfetamin over lengre tid, påvirker det både kroppen og hjernen, og risikoen for å bli avhengig øker.

Langvarig bruk kan påvirke hvordan du fungerer i hverdagen. Mange får problemer med konsentrasjon, hukommelse, energi og søvn, og kan føle seg mer nedstemte.

Amfetamin kan også gi kroppslige plager. Mange mister matlysten og blir underernært eller går mye ned i vekt. Du kan bli tørr i munnen, gnisse tenner, og få dårlig tannhelse. Huden kan også bli annerledes, med for eksempel sår som gror dårlig og uren hud.

Avhengighet

Du kan bli sterkt psykisk avhengig av amfetamin. For de fleste utvikler dette seg gradvis. Mange opplever et sterkt russug (craving) og en følelse av å miste kontroll.

Om du bruker amfetamin over tid, øker toleransen. Det betyr at du trenger større doser for å få samme effekt. Hos noen få skjer det motsatte – de blir mer følsomme og tåler stoffet dårligere. Da kan symptomer som angst, uro eller kramper oppstå.

Grunnene til å bruke amfetamin kan endre seg over tid, og enkelte kan fortsette med bruken bare for å dempe bivirkninger og ubehag. Dette gjør det enda vanskeligere å slutte.

Abstinenser

Har du brukt amfetamin ofte over tid, kan du bli dårlig når du slutter.

Det er vanlig å bli nedstemt, urolig, irritert, få angst, bli rastløs, få søvnproblemer og sterk ruslyst. Mange får også problemer med konsentrasjon og motivasjon. Du kan også få fysiske plager, som hodepine, kvalme, muskelsmerter, skjelvinger og svetting.

Etter perioder med tung bruk får mange en «crash»: Ekstrem trøtthet og influensa-lignende symptomer som kan vare fra noen dager til flere uker.

Noen bruker andre rusmidler for å dempe plagene, men det kan gjøre situasjonen verre. Får du hallusinasjoner, paranoia eller selvmordstanker, bør du søke hjelp umiddelbart.



DOSERING OG INNTAKSMÅTER

En vanlig brukerdose amfetamin ligger ofte mellom 20–100 mg rent stoff, men styrken kan variere mye. En «kvarting» (rundt 250 mg pulver) kan inneholde alt fra 50 til 150 mg rent stoff, avhengig av hvor mye det er utblandet.

Amfetamin brukes oftest ved sniffing, men noen svelger det, drikker det oppløst eller injiserer det.

Inntaksmåten påvirker hvor raskt og hvor kraftig rusen kommer – og hvor høy risikoen er for skader.

RUSinfo

www.rusinfo.no
tlf. 915 08 588

KORUS

Oslo

BROSJYREN ER UTARBEIDET
MED STØTTE FRA
HELSEDIREKTORATET.



FORHOLDS- REGLER OG TRYGGERE BRUK AV AMFETAMIN

- **Start med lav dose:** Styrken varierer mye, og det er lett å ta mer enn du tåler.
- **Bruk sjeldnere:** Pauser reduserer risiko for søvnmangel, psykiske reaksjoner og avhengighet.
- **Inntaksmåte:** Å svelge amfetamin gjør at kroppen tar det opp saktere, og er derfor mindre risikabelt enn sniffing eller injisering. Sniffing kan over tid skade slimhinnene i nesen. Injisering gir størst risiko for infeksjoner, blodårskader og smittsomme sykdommer.
- **Unngå blandingsbruk:** Bruk både sammen med dempende (alkohol, opioider, benzodiazepiner, GHB) eller stimulerende (kokain, MDMA) stoffer kan gi uforutsigbare og alvorlige reaksjoner.
- **Pass på søvn og mat:** Lange perioder uten søvn øker risiko for paranoia og psykose. Mat og hvile gjør reaksjonene mildere.
- **Drikk litt og jevnlig:** Vann eller sportsdrikk er best, men unngå veldig store mengder på kort tid.
- **Tannhelse:** Tørr munn og tanngnissing er vanlig. God munnpleie kan forebygge skader.
- **Bruk på et trygt sted:** Vær med folk du stoler på, og et sted det er lett å få hjelp hvis noe skjer.



BLOD-, SPYTT- OG URINPRØVER

Hvor lenge amfetamin kan påvises avhenger av hvor mye og hvor ofte du bruker det, individuelle forskjeller og hvilken test som brukes.

- Blod: Vanligvis opptil noen dager.
- Spytt: Vanligvis opptil noen dager.
- Urin: Vanligvis opptil én uke.

Påvisningstidene er veiledende og kan variere mye fra person til person.



GRAVIDITET OG AMMING

Det anbefales å ikke bruke amfetamin under graviditeten. Fosteret kan få for lite oksygen og næring, noe som øker risikoen for spontanabort, for tidlig fødsel eller lav fødselsvekt. Noen barn får også abstinenssymptomer etter fødsel.

Kvinner som ammer bør ikke bruke amfetamin, da det går over i morsmelk og påvirker barnet.



MEDISINSK BRUK

Amfetamin brukes som medisin i Norge, først og fremst mot ADHD og narkolepsi. Når det brukes som medisin foregår dette ved bruk av små, nøye tilpassede doser som gir en jevn og kontrollert effekt. Disse dosene er mye lavere enn ved rusbruk, og det er strenge regler for å skrive ut medisinene.

Trenger du hjelp med rusbruk?

Har du problemer fordi du ruser deg, er det lurt å snakke med noen. Du kan kontakte fastlegen din eller rustjenesten i kommunen for råd og oppfølging.

Har du spørsmål og ønsker å være anonym, kan du kontakte RUSinfo på telefon 915 08 588 eller via chat på www.rusinfo.no.

Hva gjør du hvis noen kollapser etter å ha tatt amfetamin?

- **Ring 113 med en gang** – Få profesjonell hjelp raskt.
- **Sjekk pust og puls**
 - Puster personen? Legg i stabilt sideleie.
 - Puster ikke? Start hjerte- og lunge-redning og få veiledning fra 113.
- **Ikke gi drikke til en bevisstløs person** – det kan føre til kvalning.
- **Informér helsepersonell:** Si hva personen har tatt – om du ikke vet så beskriv symptomene.
- **Ikke gå fra personen:** Selv om situasjonen kan føles skummel, er det viktigste å skaffe hjelp. Helsepersonell har taushetsplikt.

Det er alltid bedre å ringe 113 én gang for mye enn én gang for lite!



AMFETAMIN OG ANDRE RUSMIDLER

Å blande amfetamin med andre rusmidler eller legemidler gjør det vanskeligere å forutse hvordan kroppen vil reagere, og bidrar til økt helseisiko både på kort og lang sikt.

Stimulerende stoffer

Tar du amfetamin med kokain, MDMA eller andre sentralstimulerende midler belaster du hjerte og nervesystem. Risikoen øker for høyt blodtrykk, overoppheiting, kramper og hjerteproblemer.

Antidepressiva

MAO-hemmere er medisiner som brukes mot depresjon. Hvis du tar amfetamin samtidig med MAO-hemmere, klarer ikke kroppen å bryte ned amfetaminet som normalt. Da kan nivåene i kroppen bli ekstremt høye. Det kan gi farlige reaksjoner som veldig høyt blodtrykk, hjerterytmeforstyrrelser, hjerteinfarkt, hjerneblødning, alvorlig forvirring eller psykose. I verste fall kan det også utløse serotonergt syndrom.

Dempende stoffer

Hvis du blander amfetamin med dempende stoffer (alkohol, benzodiazepiner, opioider eller GHB), kan amfetaminet gjøre at du ikke merker den sløvende effekten like godt. Det kan føre til at du tar større mengder av det dempende stoffet enn du egentlig tåler. Når virkningen av amfetaminet går ut, kan effekten av det dempende stoffet plutselig bli mye sterkere, og det kan føre til at du mister bevisstheten eller i verste fall får pustestans.

Cannabis eller psykedelika

Bruker du cannabis eller psykedelika med amfetamin kan det forsterke psykiske bivirkninger som angst, uro, forvirring og psykose – særlig på «nedturen» etter amfetamin.



AMFETAMIN OG LOVGIVNING

Amfetamin er oppført på narkotikalisten og er forbudt i Norge uten resept. Det er ulovlig å kjøpe, bruke, oppbevare, selge, produsere eller ta med seg amfetamin over grenser.

Små mengder til eget bruk straffes som regel med bot, men kan i enkelte tilfeller gi fengsel i inntil seks måneder. Ved større mengder, gjentatte lovbrudd eller ved innførsel og salg, kan straffen bli strengere – i grove tilfeller flere års fengsel.

Amfetamin og førerkort

Å kjøre bil når du er påvirket av amfetamin regnes som promillekjøring. Du risikerer bot, å miste førerkortet – og i noen tilfeller fengsel. Amfetamin svekker reaksjonsevne, dømmekraft og koordinasjon i flere timer, og det er umulig å vite nøyaktig når det er trygt å kjøre. Du bør derfor legge inn god margin.

Bruk av amfetamin kan gjøre at du ikke oppfyller helsekravene for å ha førerkort – selv om du aldri kjører påvirket. Leger, psykologer og optikere har meldeplikt hvis de mener rusbruken din gir helseskade og økt risiko i trafikken. Det betyr at bruken påvirker helsen så mye at den svekker evnen til å kjøre trygt, både når du er påvirket og når du ikke er det. Det finnes ingen klar grense, men mange leger mener at selv litt bruk av amfetamin ikke er forenlig med helsekravene for førerkort.

Får du utskrevet amfetamin fra lege gjelder andre regler. Når det brukes som foreskrevet, kan enkelte ha førerkort etter individuell vurdering fra lege.