



LACHGASKONSUM

Liebe Erziehungsberechtigte und Schulfachkräfte,

mit diesem Schreiben möchten wir Sie über einen Trend informieren, der vermehrt bei Kindern und Jugendlichen auftritt: den problematischen Konsum von Lachgas zu Rauschzwecken. Der unsachgemäße Gebrauch dieses Gases kann ernsthafte Konsequenzen für Gesundheit und Wohlbefinden haben. Wir möchten Sie darüber aufklären und Ihnen Tipps geben, wie Sie Kinder und Jugendliche vor den möglichen Risiken und Konsequenzen schützen können.

BITTE BEACHTEN SIE:

- Lachgas (Distickstoffmonoxid) ist ein farb- und geruchloses Gas.
- Es handelt sich um eine psychoaktive Substanz (von außen zugeführte Substanz, die Veränderungen der Psyche und des Bewusstseins eines Menschen bewirkt).
- Typische Gebrauchsgegenstände sind Sahnekapseln, kleine Gaskartuschen und Luftballons.
- In der Medizin wird Lachgas als gegen Schmerz wirkendes Gas zu Narkosezwecken benutzt oder in Kombination mit Sauerstoff zur Schmerzbehandlung.
- Lachgas ist zwar nicht illegal, führt bei missbräuchlichem Konsum aber zu vergleichbaren Rauschzuständen wie verschiedene illegale Drogen.
- Die Zweckentfremdung als Rauschmittel kann lebensgefährlich sein.
- Der unsachgemäße Konsum von Lachgas kann ernsthafte gesundheitliche Risiken und Schäden mit sich bringen, einschließlich akuten Sauerstoffmangels, Bewusstseinsverlust mit erhöhtem Risiko von Unfällen, sowie langfristige Probleme mit der mentalen und körperlichen Gesundheit.

Als Schulfachkräfte und Erziehungsberechtigte spielen Sie eine wichtige Rolle dabei, Kinder und Jugendliche über die Risiken aufzuklären und ihnen dabei zu helfen, richtige Entscheidungen zu treffen. Hier sind einige Schritte, die Sie unternehmen können:

INFORMIEREN SIE SICH

Unter www.drugcom.de (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) bekommen Sie anschauliche Informationen, Neuigkeiten sowie Beratungsangebote zu verschiedenen Substanzen und Folgen von Konsum. Unter www.digisucht.de haben Sie die Möglichkeit, Suchtberatungsstellen unkompliziert online zu kontaktieren. Auf www.polizeifuerdich.de und www.polizei-beratung.de stehen Ihnen weitere wertvolle Informationen und Tipps von Seiten der Polizei rund um verschiedene Themen zur Verfügung.

KOMMUNIZIEREN SIE OFFEN

Sprechen Sie mit Kindern und Jugendlichen über die Gefahren des unsachgemäßen Lachgaskonsums und die möglichen Konsequenzen. Klären Sie diese darüber auf, dass der Konsum von Lachgas kein Spaß ist, sondern langanhaltende gesundheitliche Folgen nach sich ziehen kann.



SENSIBILISIEREN SIE FÜR DIE AUSWIRKUNGEN

Klären Sie über die potenziellen langfristigen Auswirkungen des Lachgaskonsums auf, wie beispielsweise kognitive Beeinträchtigungen, Abhängigkeitsrisiken und negative Folgen für schulische und soziale Entwicklung.

FÖRDERN SIE BEWUSSTES VERHALTEN

Helfen Sie Kindern und Jugendlichen dabei, ein bewusstes und verantwortungsvolles Verhalten zu entwickeln. Betonen Sie die Bedeutung von Selbstkontrolle und kritischem Denken, wenn es um den Umgang mit psychoaktiven Substanzen geht.

STÄRKEN SIE DIE HANDLUNGSKOMPETENZ

Ermutigen Sie Kinder und Jugendliche, ein verantwortungsbewusstes Verhalten zu entwickeln. Besprechen Sie gemeinsam Möglichkeiten und Strategien, um in möglichen Situationen des (Erst-) Kontakts mit Lachgas und anderen psychoaktiven Stoffen handlungskompetent zu sein und sich Gruppenzwang zu entziehen.

ÜBERSICHT DER GESUNDHEITLICHEN FOLGEN

Gesundheitliche Folgen von Lachgaskonsum

Symptome:

- Übelkeit
- Erbrechen
- Kopfschmerzen
- Schwindel
- Brustschmerzen
- Sehstörungen
- Desorientiertheit
- Angstzustände
- Taubheitsgefühle in den Extremitäten
- Akute Lähmung der Beine

Akute Folgen:

- Kurzer Rauschzustand
- Analgetischer Effekt (Schmerzlinderung)
- Sauerstoffmangel bei längerer Inhalation
- Bewusstseinsverlust
- Zerebrale Krampfanfälle
- „Sudden Sniffing Death Syndrome“ - plötzlicher Tod

Chronische Folgen:

- Toleranzentwicklung
- Psychische Abhängigkeit
- Toxische Wirkung auf das Knochenmark
- Blutarmut durch Vitamin-B12-Mangel