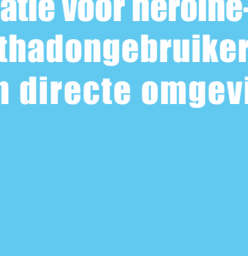


METHADON



INFORMATIE VOOR HEROÏNE- EN METHADONGEBRUIKERS EN HUN DIRECTE OMGEVING



Wat

Heroïne en gelijkaardige producten (opium, morfine) verstoren het bewustzijn en hebben een pijnstillende werking. Na een periode van geregeld gebruik ontstaat er lichamelijke en geestelijke afhankelijkheid. Als men, na langdurig gebruik, deze producten plots niet meer inneemt krijgt men ontwenningsschijnselen.

Methadon vangt deze ontwenningsschijnselen op. Methadon is een synthetisch product.

Methadon is te verkrijgen in pilvorm, als ampullen voor injectie of in siroopvorm. In België wordt methadon meestal gegeven in siroopvorm.

Hoe

Vergelijking	Heroïne	Methadon
Begin werking	onmiddellijk	na ongeveer 30 minuten
Duur werking	4 tot 6 uren	24 tot 36 uren
Gebruikswijze	roken, spuiten, chinezen verschillende keren per dag	innamen via de mond éénmaal per dag
Effectieve dosis	niet vast te stellen bij een illegaal product	De effectieve dosis is verschillend van patient tot patient. Dit wordt bepaald door de arts in overleg met de patient.
Effecten	snel, 'flash', intens, verdovend, 'slaperig'	trager, geen 'flash', minder intens, niet verdovend, geen 'slaperigheid' (uitzondering gemaakt voor de eerste dagen).

Neveneffecten

Methadon kan een aantal neveneffecten hebben. Niet iedereen heeft echter last van deze neveneffecten en de meeste verdwijnen ook na een bepaalde periode.

- Zweeten: meer zweeten komt geregeld voor.
- Constipatie (= verstopping); zoals ook voorkomt bij producten zoals heroïne. Eet meer vezels (fruit, groenten, volkoren en zemelproducten) en drink veel water.
- Pijnlijke spieren en gewrichten
- Minder zin in seks; net zoals dit meestal het geval is bij heroïne
- Huiduitslag en jeuk
- Sufheid: dit komt meestal voor bij aanvang of bij een verhoging van de dosis. Meestal verdwijnt deze sufheid na ongeveer een week.
- Vochtophoping: opzwellen van handen of voeten.
- Verminderde eetlust, overgeven en misselijkheid: gaat meestal snel over.
- Buikpijn: gaat meestal snel over.

Bij methadon ontstaat gewenning voor de meeste van de voornoemde neveneffecten. Dit betekent dat een aantal neveneffecten na verloop van tijd niet meer optreden. Zweeten en constipatie zijn neveneffecten die soms langer kunnen duren. Ook het vermogen van methadon om ontwenningsschijnselen weg te nemen blijft behouden.

Effecten bij een onaangepaste dosering

- Te lage dosis: vergelijkbaar met de onthoudingsverschijnselen van heroïne, namelijk: lopende neus, zweeten, buikpijn, misselijkheid, diarree, overgeven, spierpijn, geïrriteerde stemming, 'craving' (zin hebben om te gebruiken).
- Te hoge dosis: sufheid, slaperigheid, misselijkheid, overgeven, kleine pupillen, verlaagde bloeddruk, 'knikkebollen', oppervlakkige ademhaling.

Bespreek deze symptomen met je arts omdat ze kunnen verholpen worden met een aanpassing van je dosis.

Methadon en afhankelijkheid

Methadon maakt even afhankelijk als heroïne. Als men stopt met methadon krijgt men dus ook ontwenningsschijnselen. Deze ontwenning begint meestal na 24 tot 48 uur. De ontwenningsschijnselen van methadon duren meestal langer dan die van heroïne maar zijn minder hevig. Ontwenning van methadon kan beperkt worden door de methadon langzaam af te bouwen.

Naast de fysieke afhankelijkheid, is er ook de psychische en emotionele afhankelijkheid omdat methadon zoals heroïne ook een sterke invloed heeft op stemmingen en gevoelens. Dus de zin ("craving") om methadon en een ander gelijkaardig product te nemen kan nog lange tijd blijven bestaan. Aarzel niet om je arts te raadplegen als je het moeilijk hebt met deze "craving", teneinde herval te voorkomen.

Methadon en overdosis

Een overdosis van methadon is in de eerste plaats mogelijk bij mensen die normaal geen methadon of heroïne nemen. Voor kinderen kan een kleine dosis al dodelijk zijn; bij methadon trager werkt dan heroïne, heeft men, bij volwassenen, meer tijd om in te grijpen bij een overdosis. Wanneer naast methadon nog andere producten (slaap- en kalmeermiddelen, alcohol, cocaïne) worden bijgebruikt, verhoogt de kans op een overdosis.

Bij het (her)starten van een methadonbehandeling is er niet altijd onmiddellijk een aangepaste dosering. Dit kan aanleiding geven tot bijgebruik van andere producten. Ook dit verhoogt de kans op een overdosis.

Combinaties met andere drugs

ALGEMEEN

Het is zeer gevaarlijk methadon te combineren met andere drugs/medicatie zonder medische begeleiding. Een cocktail van methadon en andere drugs of medicatie kan voor bewusteloosheid en een dodelijke afloop zorgen.

Bijgebruik van andere drugs of bepaalde medicamenten zorgen ervoor dat de methadon niet meer voldoende werkt. Bij chronisch gebruik van medicatie moet men de arts hiervan op de hoogte brengen. Dat geldt o.a. voor medicatie tegen epilepsie of tegen TBC. Ook bepaalde medicamenten tegen schimmelinfecties en bepaalde antibiotica kunnen invloed hebben op de werking van de methadon. Bespreek dit steeds met je arts.

Men voelt de werking van methadon pas 4 tot 6 uur na innamen van de dosis. Gebruik dus geen andere drugs kort na de innamen. Als de methadon dan later begint te werken kan dit een overdosis geven.

Methadon wordt in het lichaam opgebouwd gedurende de eerste dagen. Hoe langer men de methadon neemt, hoe stabiel de werking ervan wordt.

Methadon en alcohol

Overmatig alcoholgebruik kan de werkingsduur van de methadon verkorten. Daardoor begint de dosis innemen te ontwennen voordat men de volgende dosis inneemt.

Methadon en kalmeer- en slaapmiddelen

Kalmeer- en slaapmiddelen samen nemen met methadon veroorzaken sufheid en in sommige gevallen bewustzijnsverlies en een overdosis. Men neemt ze enkel op advies van de behandelende geneesheer die op de hoogte is van het methadongebruik.

Methadon en heroïne of andere pijnstillers

Methadon is een opioïd: de werking lijkt erg op die van heroïne. Bijgebruik van heroïne of andere producten met een gelijkaardige werking (morphine, codeïne, palfium,...) kunnen een verhoogd risico op overdosis geven.

Ook bijgebruik van andere verdovende pijnstillers zoals DeponalTM, FortalTM, ValtranTM,... geven een verhoogd risico. Wanneer ze genomen worden in hoge dosissen of samen met andere producten zoals alcohol, kalmeer-, slaapmiddelen, GHB (vloeibare XTC) kunnen ze een overdosis veroorzaken met sufheid, ademhalingsproblemen en bewusteloosheid.

Methadon en cocaïne

Bijgebruik van cocaïne, omwille van het roeseffect, wordt soms vastgesteld bij methadongebruikers. Niet alleen geeft dit een verhoogd gezondheidsrisico, maar daarenboven kan de hele levenssituatie ondermijnd worden.

EEN METHADONBEHANDELING

Voor mensen die afhankelijk zijn van heroïne, is het vaak zeer moeilijk om drugvrij te leven. Door methadon te geven wordt getracht om het leven van de gebruiker te stabiliseren.

Methadon als behandeling is meestal enkel nuttig als men het lange tijd (2 - 3 jaar tot onbepaald) neemt. Het is immers een traagwerkend product dat sterke afhankelijkheid geeft. Ontwennend van methadon is daarom niet makkelijk en duurt lang.

Voordelen van methadon behandeling

- Bij een juiste dosis, kan gebruik van heroïne stoppen zonder dat er ontwenningsschijnselen optreden.
- Het leven van de betrokkene kan stabiel worden zodat men een normaal leven kan leiden (zoals werk, woonst, studies, ouderschap, ...)
- Het is veel goedkoper dan het bekostigen van een illegale heroïne-afhankelijkheid.
- Het geeft de kans om een gezonder leven te leiden.
- De kans op besmetting met infectieziekten (HIV/AIDS en Hepatitis B en C) verkleint.
- Het geeft kans op volledige ontwenning.
- Het verhoogt de kans om ooit volledig drugvrij te leven.

Eventuele nadelen van een methadon behandeling

- Het is een dagelijkse inspanning om medicatie af te halen en in te nemen (via een centrum of apotheker, huisarts).
- Reizen en op vakantie gaan, kan moeilijk zijn en moet zeker op voorhand gepland worden.
- Men krijgt geen roes van methadon.
- Er kunnen neveneffecten zijn.
- Men blijft afhankelijk. Dit etiket kan maatschappelijk zwaar doorwegen: negatieve stempel door werkgever, buurt, familie...
- Methadon is een gevaarlijk product dat ernstige risico's geeft indien het onjuist wordt gebruikt.

Een methadon onderhoudsprogramma is niet voor iedereen de goede oplossing. Sommige mensen zijn meer gebaat bij residentiële hulpverlening (psychiatrie of therapeutische gemeenschappen), zowel voor intensieve begeleidingen als voor ontwenning.

GEZONDHEIDSTIPS

- Methadon heeft geen negatieve invloed op de gezondheid ook niet na jarenlang gebruik.
- Bijgebruik van slaap- en kalmeermiddelen, alcohol, speed GHB of cocaïne vergroot de kans op een overdosis.
- Methadon kan dodelijk zijn voor iedereen maar zeker voor mensen die geen heroïne gebruiken.
- Methadon, gebruikt tijdens een programma, heeft bijna geen pijnstillend effect meer.
- Methadon is geen vervangproduct voor cannabis, amfetamine of cocaïne.
- Methadon is snel dodelijk voor kinderen. Hou de methadon buiten het bereik van kinderen. Bij innamen door kinderen moet men zo snel mogelijk naar een spoedvallendienst van een hospitaal gaan.
- Bij een gestabiliseerde dosis methadon en zonder bijgebruik van illegale drugs en/of medicatie is autorijden en werken geen probleem.
- Wanneer men heroïne gebruikt, krijgen veel vrouwen hun menstruatie niet meer. Wanneer zij een methadonprogramma starten en opnieuw meer geregeld gaan leven, komt de menstruele cyclus opnieuw op gang. Echter niet alle vrouwen krijgen hun regels opnieuw. Toch is het belangrijk aan anticonceptie te denken.
- Men kan zwanger worden, ook als de cyclus onregelmatig is.
- Methadon kan gebruikt worden tijdens de zwangerschap. Dit wordt best opgevolgd door een specialist ter zake. Raadpleeg steeds je arts hiervoor. Na de