arud
Zentrum für Suchtmedizin

Konsum psychoaktiver Substanzen bei Jugendlichen

Philip Bruggmann
Co-Chefarzt Innere Medizin, Arud Zentrum für Suchtmedizin
Titularprofessor Institut für Hausarztmedizin, Universität Zürich

Arud – Zentrum für Suchtmedizin



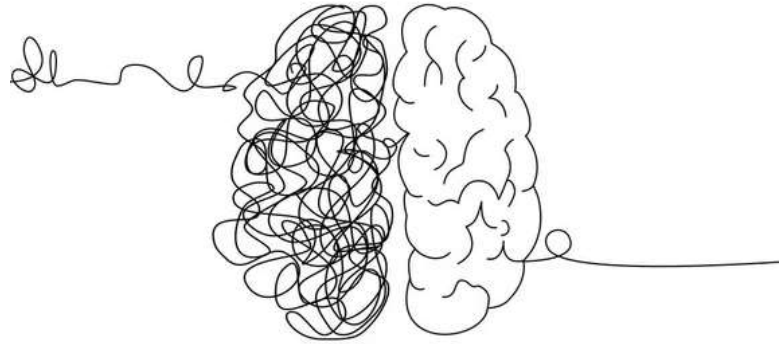
arud

Gehirnentwicklung in der Adoleszenz

Die Ausreifung von Gehirn und Nervensystem ist erst mit ca. 21 Jahren abgeschlossen.

Fähigkeiten wie die Impulskontrolle, das eigene Handeln langfristig zu bewerten bilden sich erst im jungen Erwachsenenalter komplett aus.

Das Jugendliche Gehirn ist anfälliger für alle Rauschmittel.



arud

Kennzahlen Schweiz

Kennzahlen 2022 für 15-Jährige



Ca. **23%** haben sich in den letzten 30 Tagen mindestens einmal in den Rausch getrunken

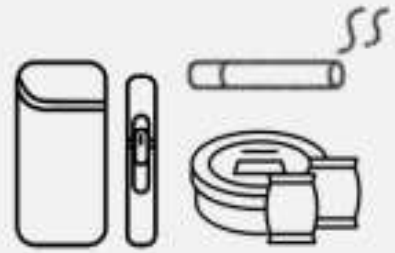
Ca. **10%** haben in den letzten 30 Tagen illegalen Cannabis (THC-Gehalt ≥ 1%) konsumiert





Ca. **7%** haben mindestens 1x in ihrem Leben ein Medikament in Kombination mit Alkohol eingenommen

Ca. **75%** haben in ihrem Leben mindestens eine psychoaktive Substanz konsumiert



Ca. **36%** haben in den letzten 30 Tagen mindestens ein Tabak- und/oder Nikotinprodukt konsumiert



Ca. **4%** haben mindestens 1x in ihrem Leben Medikamente eingenommen, «um sich zu berauschen »

arud

Schadenspotential einzelner Substanzen

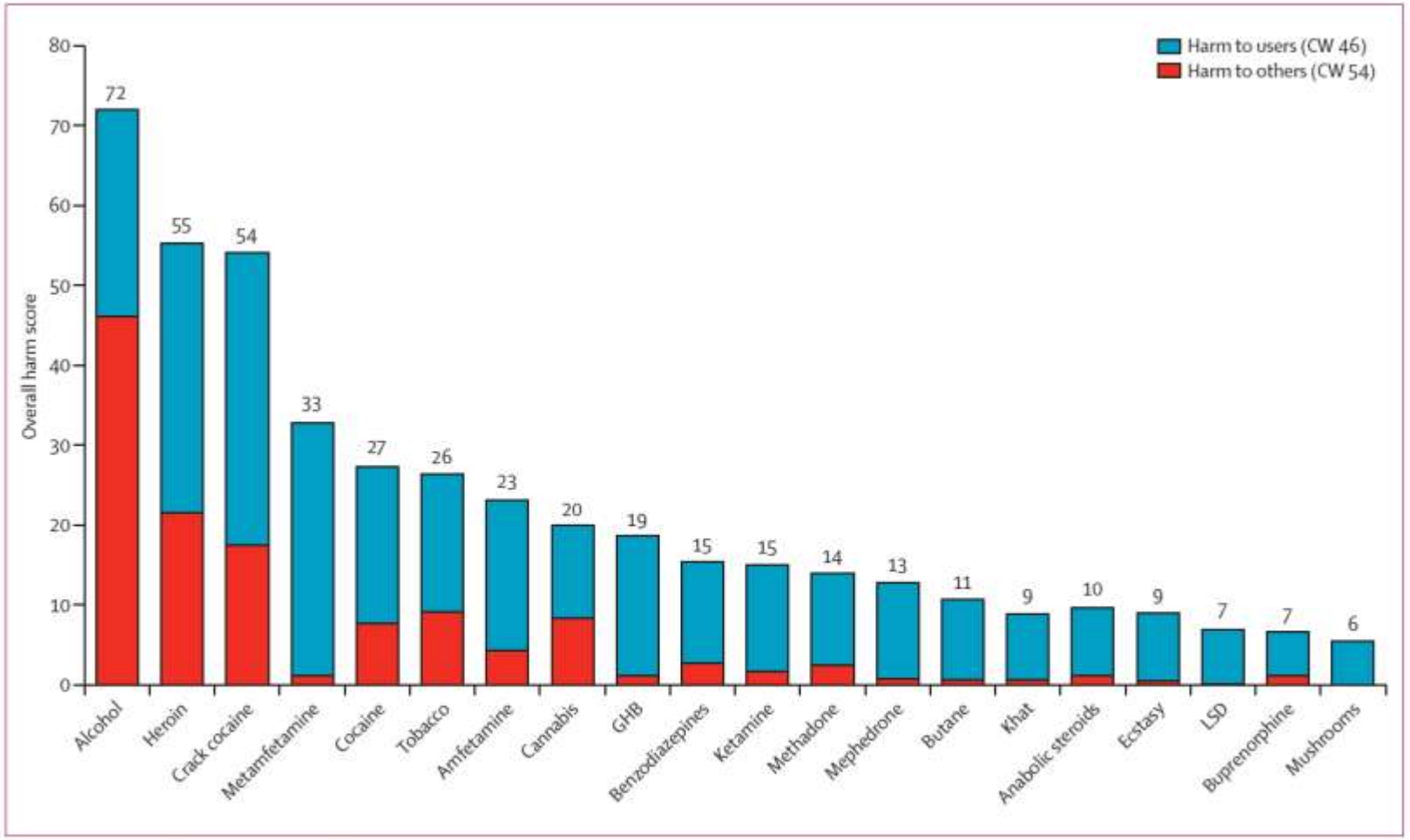


Figure 2: **Drugs ordered by their overall harm scores, showing the separate contributions to the overall scores of harms to users and harm to others**
The weights after normalisation (0–100) are shown in the key (cumulative in the sense of the sum of all the normalised weights for all the criteria to users, 46; and for all the criteria to others, 54). CW=cumulative weight. GHB=γ hydroxybutyric acid. LSD=lysergic acid diethylamide.

Nutt et al, Lancet 2010

arud

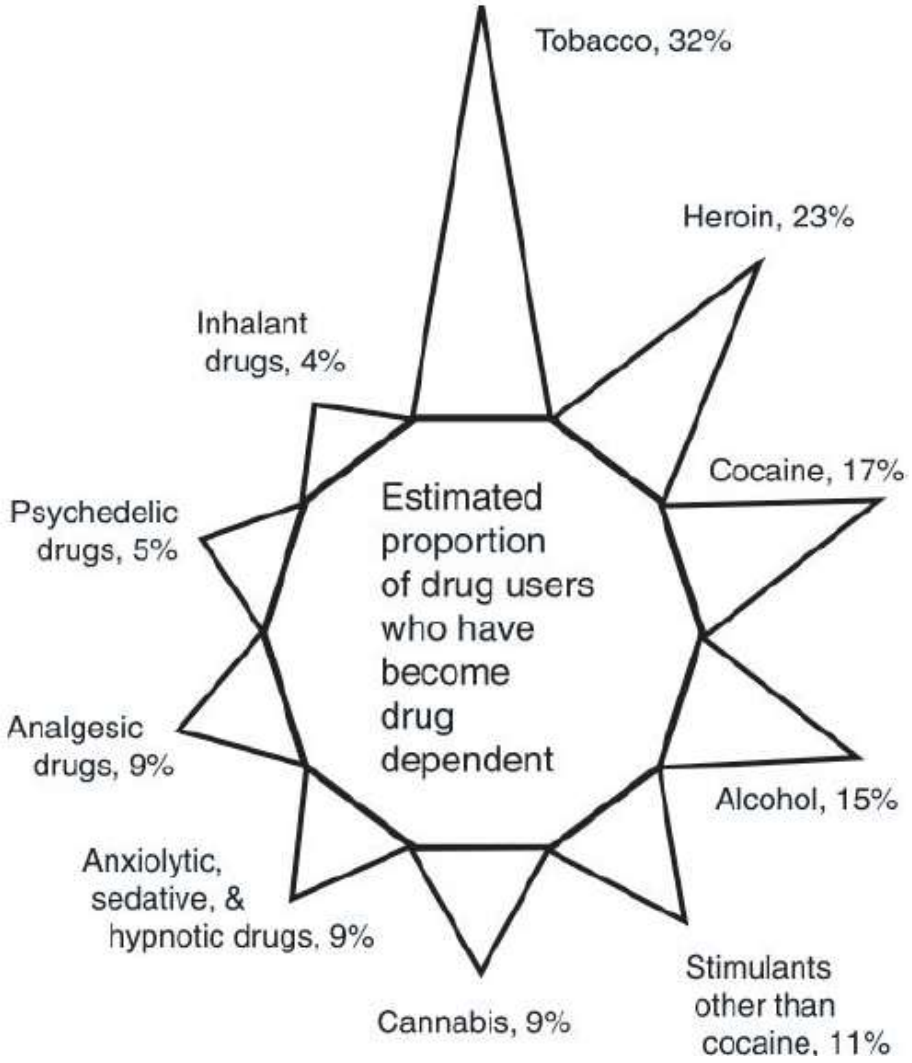
Abhängigkeit von psychotropen Substanzen

Allgemeine abhängigkeitsverursachende und abhängigkeitserhaltende Faktoren

- Toleranz
- Anflutung psychotrope Wirkung
- Craving
- Entzugsbeschwerden

arud

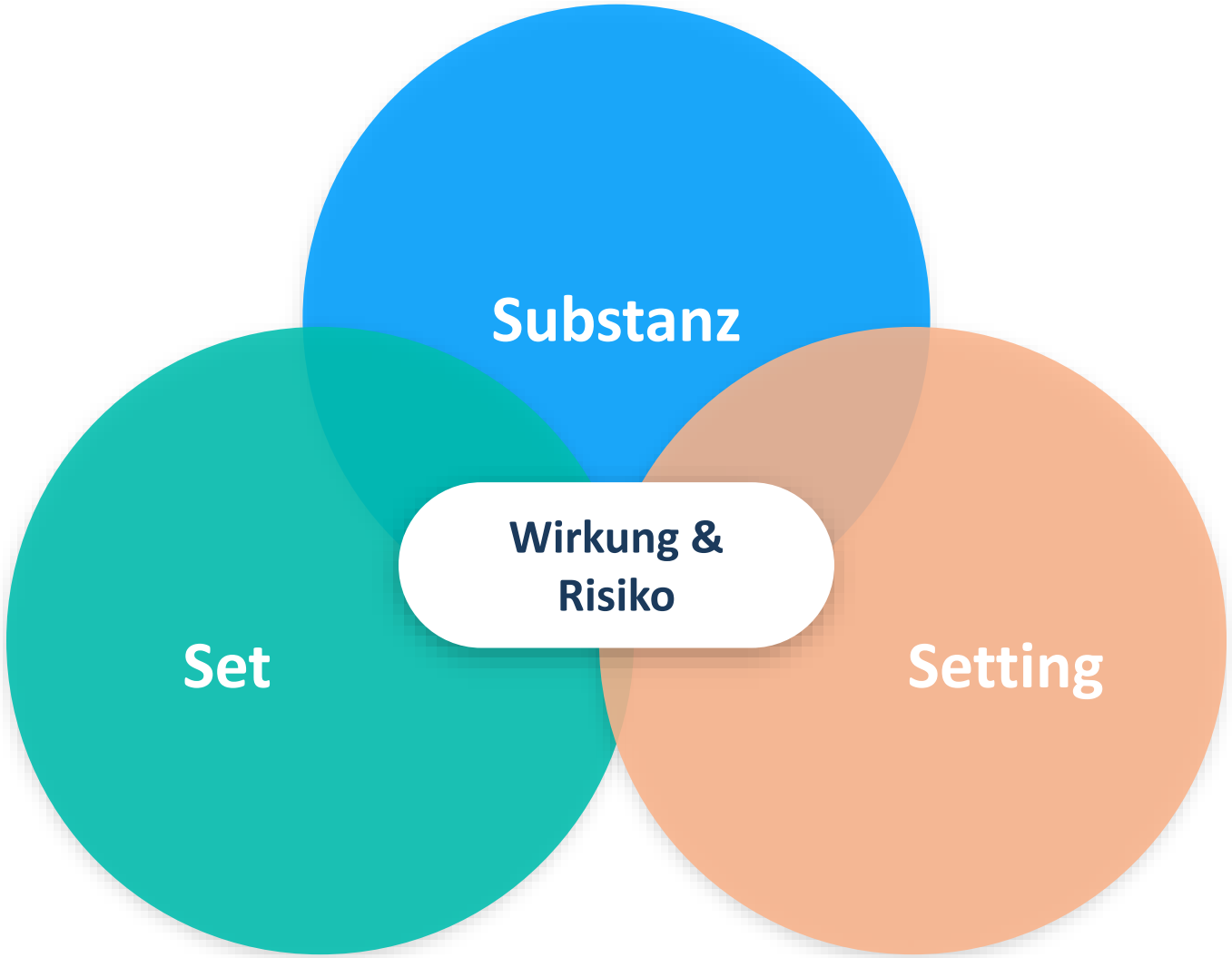
Suchtpotential psychotroper Substanzen



Anthony 2002, Florez-Salamanca 2013

arud

Substanz – Set – Setting



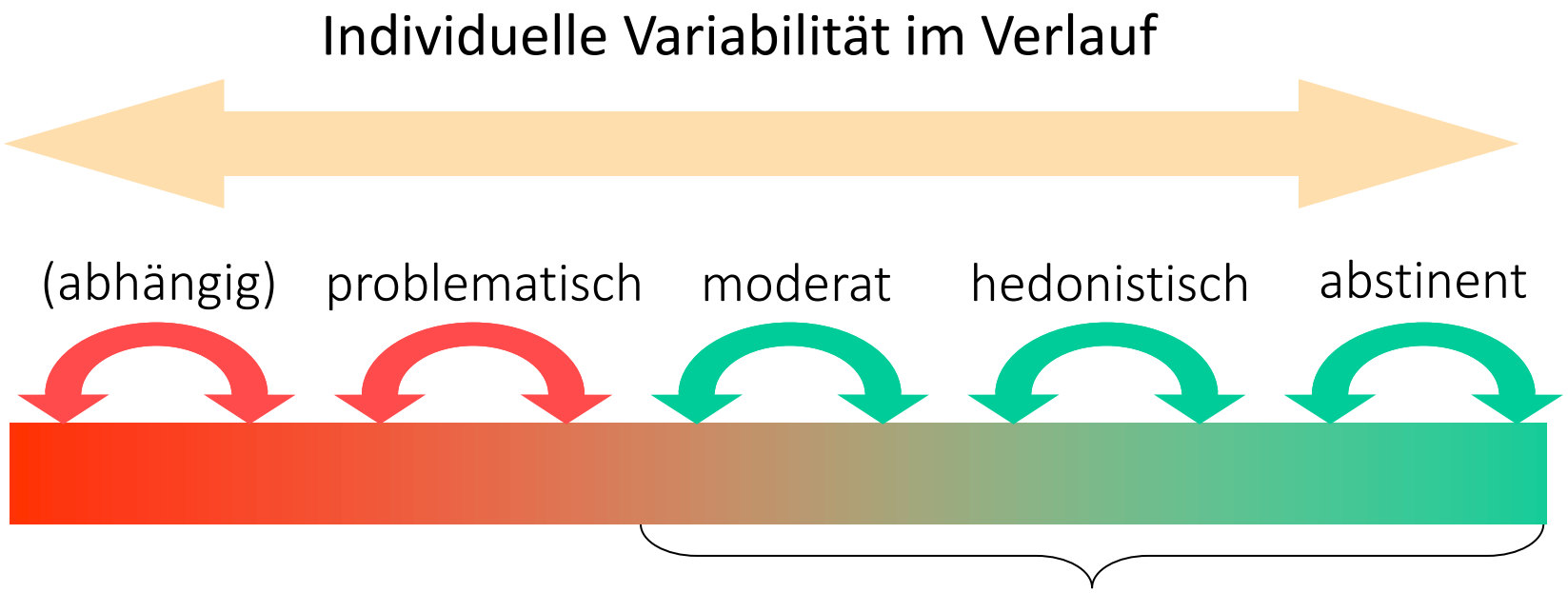
arud

Risikofaktoren für Abhängigkeitserkrankungen

- Psychische Erkrankungen
- Genetische Komponenten
- Familiäres Umfeld
- Peergroup

arud

Kontinuum der Konsumformen (und Konsumziele)



moderat-abstinent

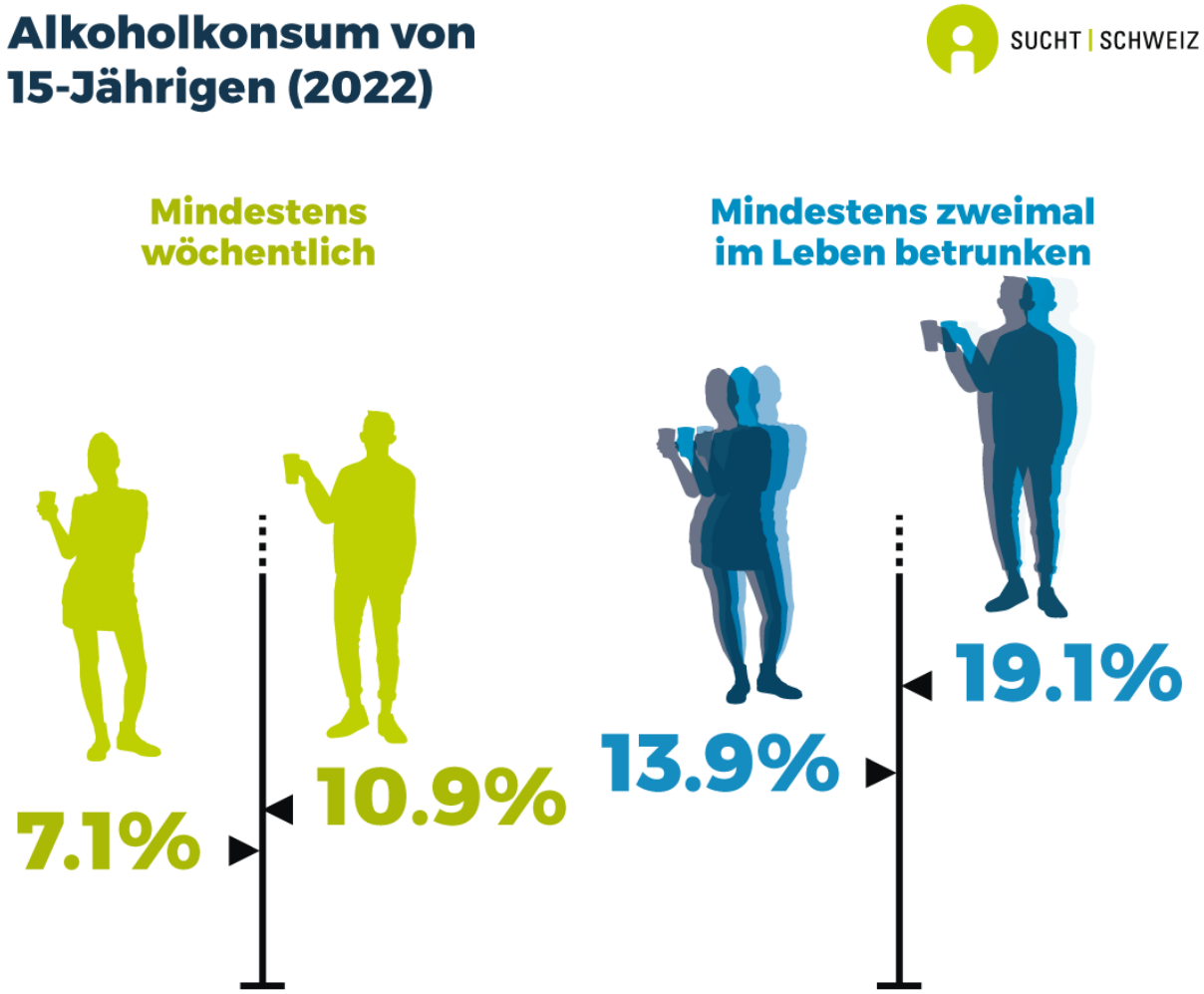
- Keine nennenswerte Kollision mit persönlichen Zielen
- Durch Selbstkontrollregeln gesteuert
- Körperliche Integrität berücksichtigt

arud

Alkohol

arud

Alkoholkonsum bei 15-Jährigen



Quelle: HBSC (Delgrande Jordan et al., 2023)

arud

Risiken des Alkoholkonsums bei Jugendlichen

- Alkohol ist ein Zellgift, für den ganzen Körper

- Erhöhtes Abhängigkeitsrisiko in der Pubertät

- Beeinträchtigung der Gehirnreifung

- Enthemmende Wirkung
  - aggressives Verhalten
  - Risikobereitschaft steigt, und damit Gefahr für Unfälle und sex. Risiken

- Erhöhtes Risiko Opfer von sexuellen Übergriffen zu werden

BAG, 2024

arud

Nikotinprodukte

arud

Risiken von Nikotinkonsum bei Jugendlichen

Abhängigkeitsrisiko in Pubertät besonders hoch

Einfluss von Nikotin auf Gehirnentwicklung: unklare Datenlage

Körperliche Schäden: vor allem bei Tabakverbrennung und vor allem Langzeitschäden

arud

Nikotin-haltige Produkte











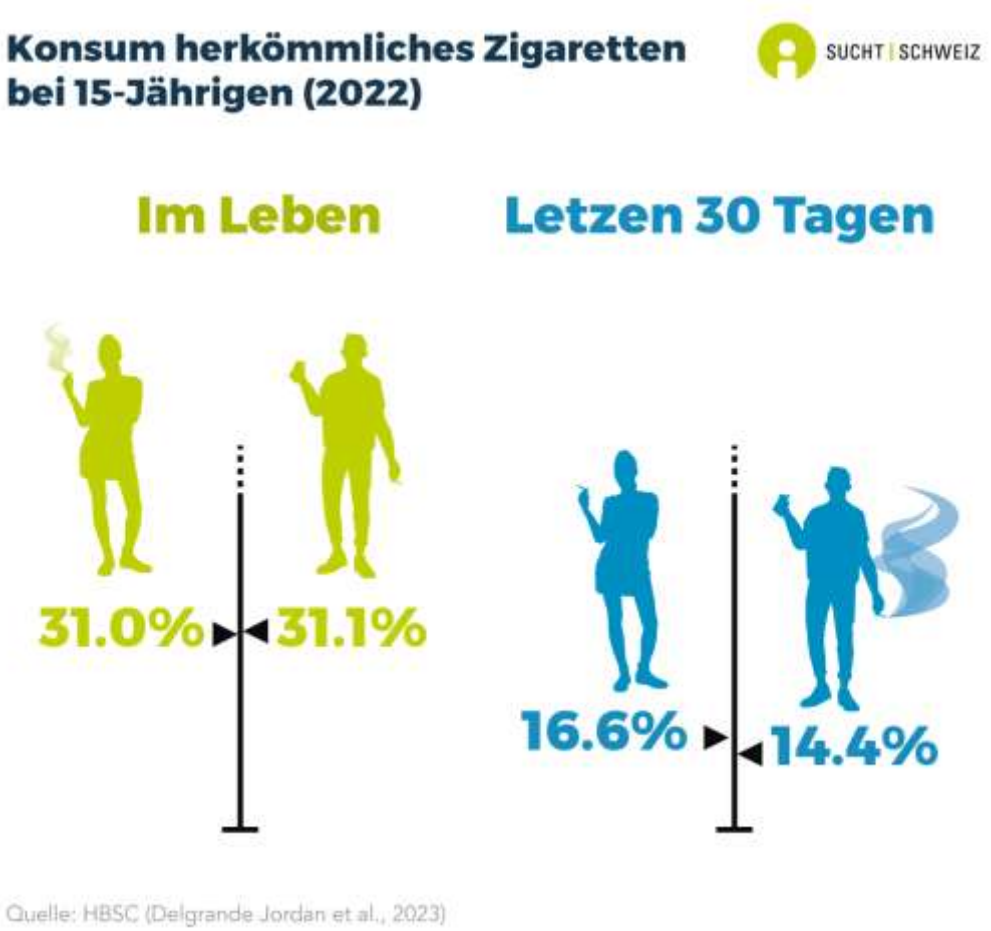




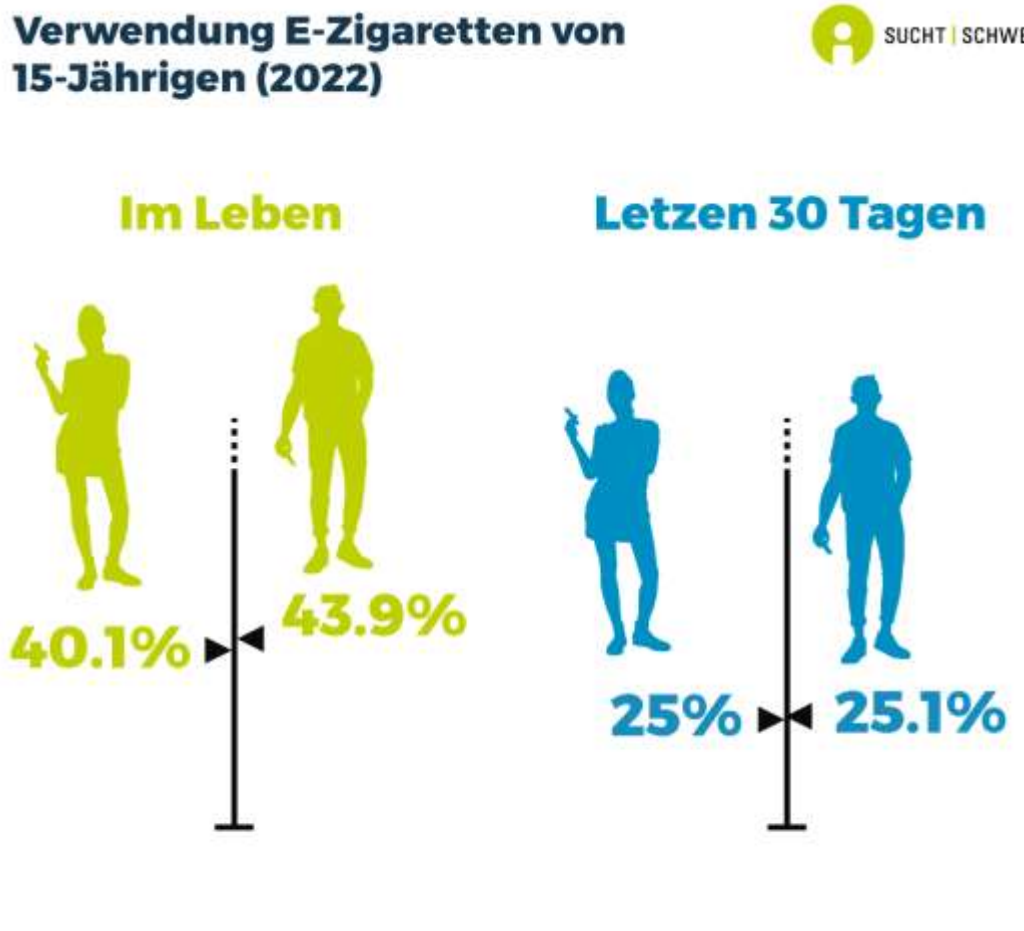


arud

Konsum bei Jugendlichen aus der Deutschschweiz (2023)

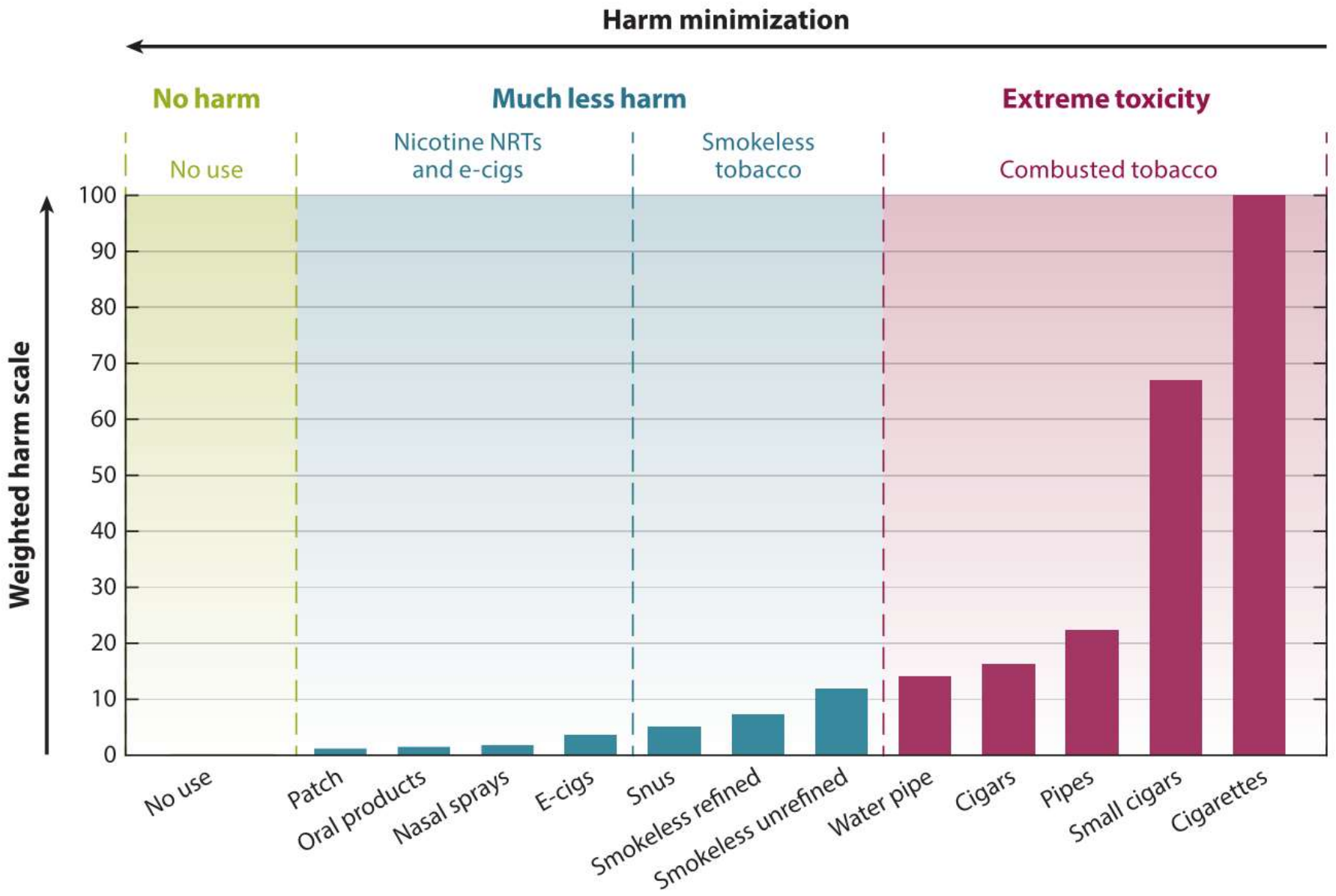


Quelle: HBSC (Delgrande Jordan et al., 2023)



Quelle: HBSC (Delgrande Jordan et al., 2023)

arud



Abrams, D. B., et al. (2018). "Harm Minimization and Tobacco Control: Reframing Societal Views of Nicotine Use to Rapidly Save Lives." Annu Rev Public Health **39**: 193-213.

Thomas Hering, Präsentation am 2. Arud Symposium „Harm Reduction with E-cigarettes“

arud

Cannabis

arud

Risiken von Cannabis bei Jugendlichen

Erhöhtes Risiko für psychische Leiden

→ Psychosen (Cannabis als Co-Faktor)

→ Angst- und Depressionsstörungen?

Abhängigkeit

Soziale Folgen bei regelmässigem, täglichem Konsum

Einstiegsdroge? Nicht mehr als Alkohol und Tabak

arud

Untersuchung der WHO

Schweizer Schüler sind Europameister im Kiffen

Befragungen in ganz Europa zeigen: Jugendliche probieren in keinem Land häufiger Cannabis als in der Schweiz. Das sind die Hintergründe.



Luca De Carli
Publiziert: 19.05.2020, 19:03
Aktualisiert: 19.05.2020, 19:03

Das bisschen Kiffen

Er raucht Gras und lügt. Sie bangt und hofft – bis sie ihn rauswirft. Eine Mutter, ein Sohn und die Frage, wie zerstörerisch eine bald legale Droge ist.

Von Michael Allmaier
Aus der ZEIT Nr. 09/2024 21. Februar 2024

CANNABIS IM JUGENDALTER

Was passiert, wenn Teenager kiffen

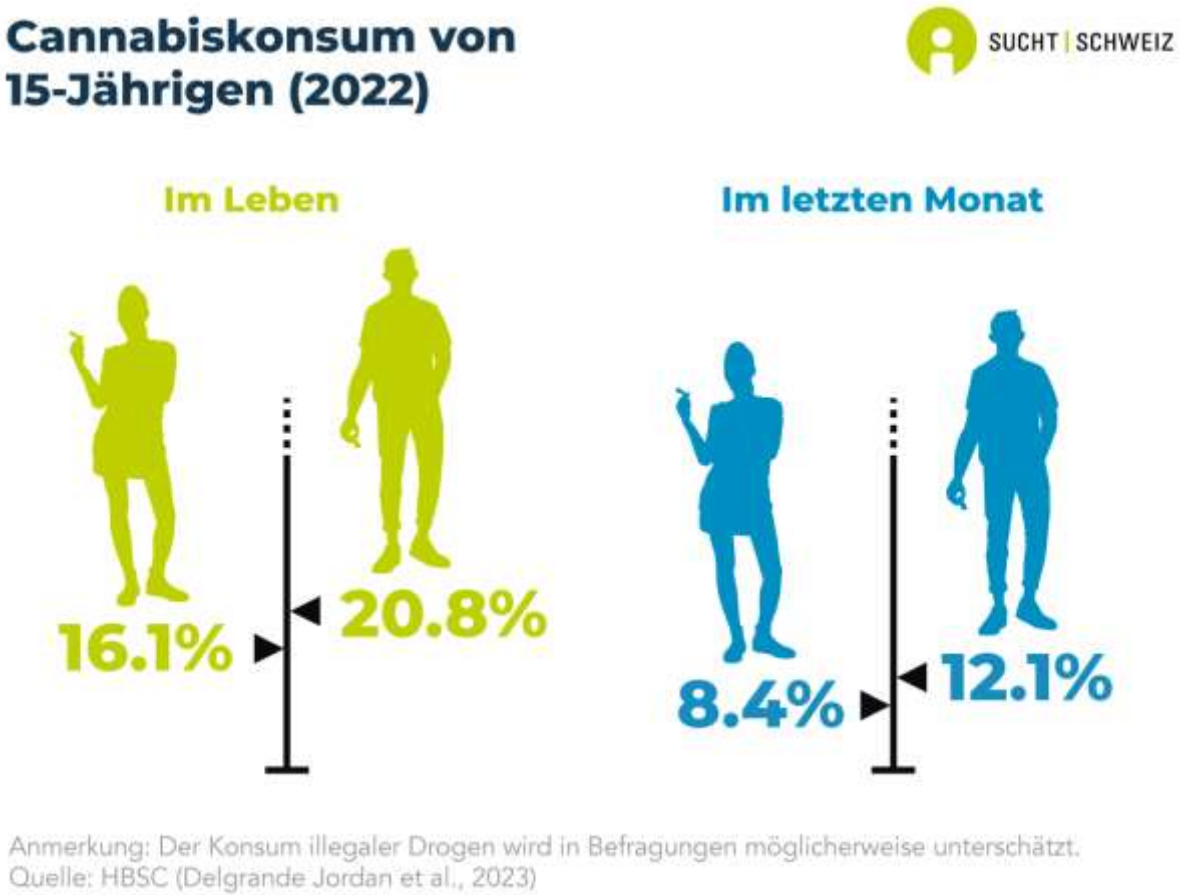
In der Jugend regelmäßig Joints zu rauchen, kann üble Folgen haben. Denn nicht nur, wie viel Cannabis man konsumiert, sondern auch, ab welchem Alter, ist bedeutend für die Hirnentwicklung.

von Hannah Schultheiß

arud

Cannabis Konsum bei Jugendlichen Schweiz





arud

Medikamente

arud

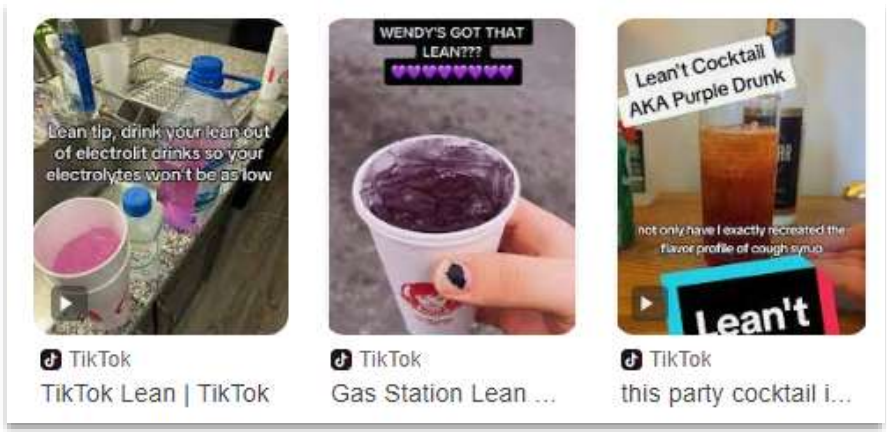
Tiktok made me try it!



Lean – Purple drink – Syrup – Dirty Sprite- Purple Tonic

- Limonade
- Bonbons
- Alkohol (optional)
- Codein- und/oder Dextromethorphan Hustensaft







The ultimate sleepy girl Mocktail

arud

Medikamente in der HipHop Szene



















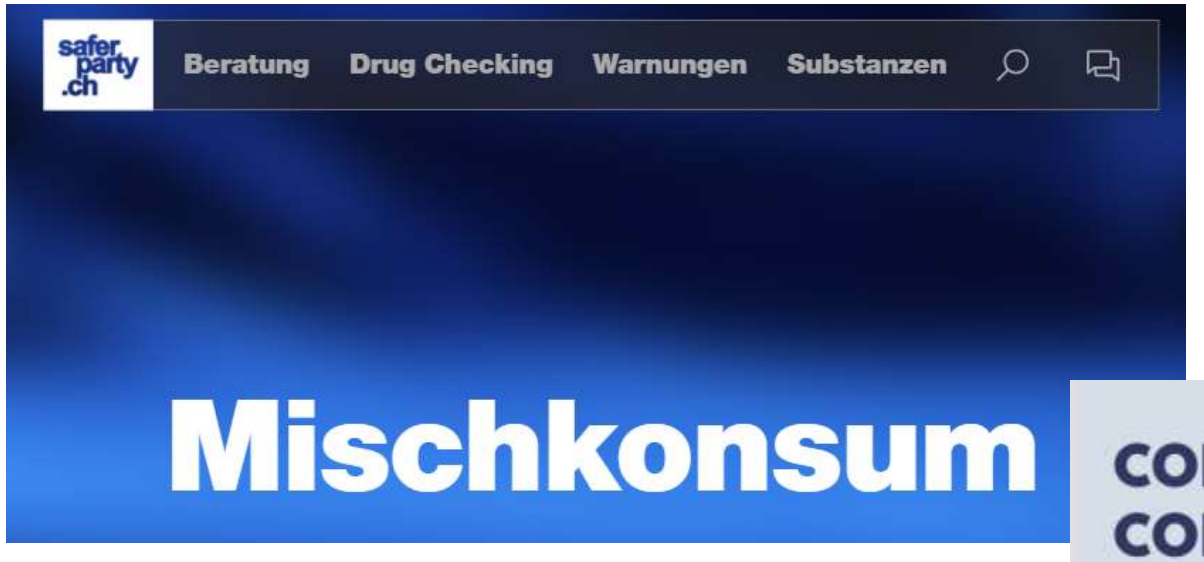


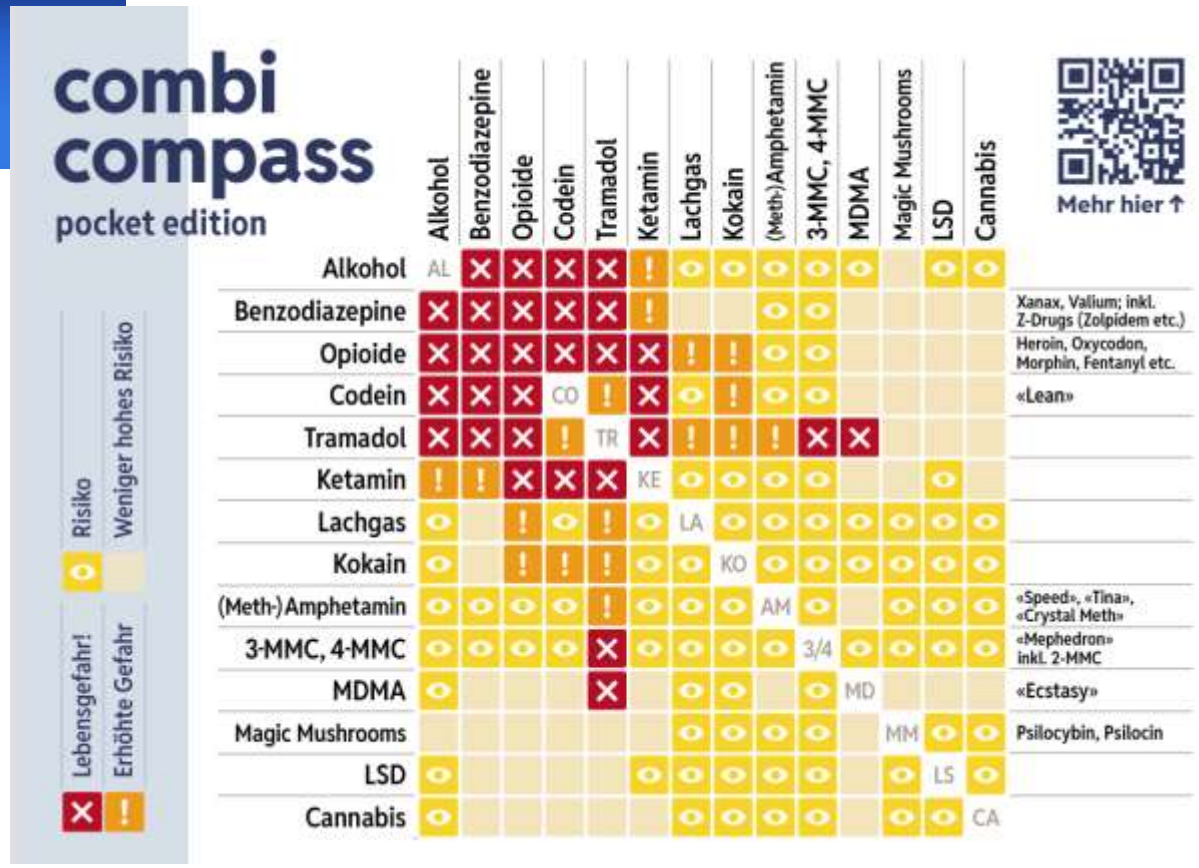
arud

Was wissen wir über die Jugendlichen?

- Es gibt kein typisches Profil: von gut integriert bis Broken Home
- Konsumierende werden jünger;
- Jugendliche konsumieren vermehrt in privaten Settings oder allein
- Stressbewältigung und Gefühlsregulation als Motive
- bewusster Mischkonsum von Medikamenten und Alkohol, um die Wirkung zu potenzieren
- Jugendliche nehmen Medikamente als „sicherer und reiner“ wahr => Konsumschwelle tiefer als bei illegalen Substanzen (ausser Cannabis)
- Umgang mit Medikamenten in der Familie können eine Rolle spielen

arud





saferparty.ch

arud

Anabolika

arud

Anabolika

- in der Schweiz >200‘000 Anbolika-Nutzer:innen
- Zunehmend Jugendliche
- Ziel: Veränderung Körperbild, Erreichen von Aussehen von Vorbildern auf Social media
- 30% entwickeln Abhängigkeit
- Zahlreiche, teils schwere Nebenwirkungen am ganzen Körper



arud

Anabolika



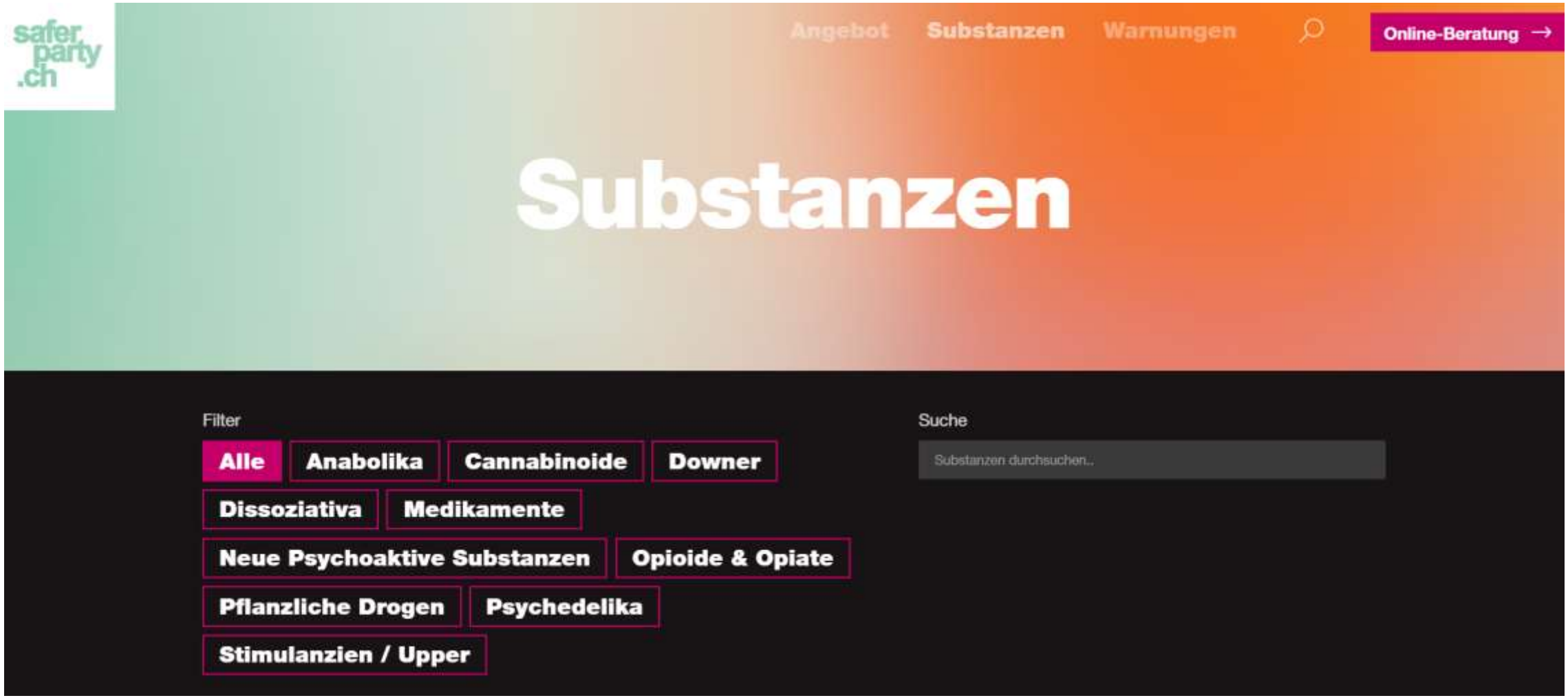
Bodymaxxing / Looksmaxxing

- gezielte (Hyper-)ptimierung der körperlichen Attraktivität
- Training, Ernährung und zunehmend auch pharmakologische Möglichkeiten

Biohack

- Gesundheit, Regeneration, Leistungsfähigkeit und Sexualität möglichst effizient optimieren
- Peptide

arud


safer party .ch
Angebot
Substanzen
Warnungen
Online-Beratung
Substanzen
Filter
Alle
Anabolika
Cannabinoide
Downer
Dissoziativa
Medikamente
Neue Psychoaktive Substanzen
Opioide & Opiate
Pflanzliche Drogen
Psychedelika
Stimulanzien / Upper
Suche
Substanzen durchsuchen...

arud

Fazit

Substanzkonsum gehört zur Menschheit

Substanzkompetenz auf Seite Jugendlicher ermöglicht einen risikoarmen Umgang

Substanzkompetenz auf Seite Eltern ermöglich offene Gespräche auf Augenhöhe

Die grösste körperliche Gefährdung geht von den legalen Substanzen aus

arud

Danke für Ihre Aufmerksamkeit

p.bruggmann@arud.ch
www.arud.ch
www.saferparty.ch

arud