

# ***Sauber sniffen***



*Hier soll ausdrücklich niemand zum Drogengebrauch animiert werden!  
Wenn man jedoch Drogen konsumiert, ist es immer besser, man weiss auch  
um die Risiken. Allein unter diesem Aspekt ist nachfolgender Text erstellt  
worden.*

Deine Nase filtert die Luft durch die Nasenlöcher. Die Droge, die du sniffst, bleibt an den Membranen der Schleimhäute kleben wo sie sich praktisch gleich auflöst, um direkt ins Blut und Richtung Gehirn zu gelangen durch die feinen Adern, die sich dort befinden. Jeden Sniff trocknet deine empfindlichen Schleimhäute aus. Um grösseren Schaden zu verhindern, gibt es mehrere Verhaltensregeln:

***Warte unbedingt , bis die Wirkung voll eingetreten ist (5 bis 15 Minuten), bevor du etwas von der Substanz nachlegst!***

## **1. Deine Nasenlöcher stets gut befreien**

Dazu am besten mit einer milden Kochsalzlösung (siehe unten) gründlich durchspülen. **Auf** die Verwendung von **Nasenspray** sollte man in diesem Zusammenhang möglichst **verzichten**, da dies die Nasenschleimhäute noch zusätzlich austrocknet.

## **2. Bereite deine Lines gut vor**

Man muss die Droge - bevorzugt auf einem Spiegel oder auf anderen trockenen, glatten Oberflächen - gut zu einem **möglichst feinen Pulver** zerkleinern. Je feiner das Pulver, desto weniger riskierst du, dass Körner an deinen Nasenhaaren anhaften und somit deine Nasenschleimhäute schädigen können.

## Das Snief-Röhrchen

Du kannst dir vermutlich vorstellen, wieviel **Dreck und üble Krankheitserreger** an einem gebrauchten Geldschein haften können. Meist riecht man es ja schon.

Vergiss daher diese 'coole' Methode, die man oft in Filmen sieht, und roll dir besser **für jeden Sniff ein neues Röhrchen aus einem sauberen Stück Papier.**

Stecke dieses Röhrchen stets hoch in die Nase hinauf, vermeide dabei jedoch möglichst, die Schleimhäute zu verletzen .

### 3. Dein Röhrchen nie mit anderen teilen!

Nicht nur auf sexuellem Wege, sondern auch über die Nase kann sich das Virus von **Hepatitis A, B und C** verbreiten falls Nasenschleim oder gar Blutspuren am Röhrchen anhaften. Es kann natürlich auch eine Erkältung oder eine andere Infektionskrankheit übertragen werden

Eine kürzlich in den USA realisierte Studie hat eine grosse Rate von **Hepatitis C** -Infektionen **bei Kokainsniffen** festgestellt. Dies scheint plausibel, denn regelmässiger nasaler Konsum oder unsachgemässer Einsatz des Sniff-Röhrchens können kleine Blutungen in der Nase verursachen, geradezu ideale **Eintrittsorte für das Virus.**

**Ausserdem ist insbesondere Hepatitis C auch innerhalb den europäischen Drogenszenen inzwischen derart stark verbreitet, dass man schon allein deshalb mit niemandem sein Röhrchen teilen sollte.**

### 4. Spüle deine Nase etwa 15 Minuten nach dem Konsum!

Das Innere der Nase besteht aus einer sehr sensiblen mit Haaren besetzten Haut. Im Moment des Sniffens bleibt ein Teil des Pulvers an diesen Haaren hängen und es kann zu **blutigen Hautreizungen und Nekrosen** bis zum Durchbruch der Nasenscheidewand führen.

Ideal ist es, eine Salzlösung von einem halben Teelöffel Salz in einer Tasse lauwarmen Wassers zu bereiten und diese Lösung von den getunkten Fingerspitzen zu schnupfen. Heftig und bis tief in den Rachen.

Vorsicht, der Rachen ist ebenfalls von der ätzenden Wirkung des Puders betroffen und es könnte evtl. nützlich sein, diesen ebenfalls mit Salzwasser zu gurgeln.

**Kurz, vergiss nie, dass es unentbehrlich ist, deine ausgetrockneten Schleimhäute hinreichend zu befeuchten!**

## **5. Pflege der Nasenlöcher**

Man muss seine Nase pflegen, dazu gibt es nichts besseres als das Auftragen von **Vitamin E haltigem Naturöl** mittels eines Wattestäbchens oder einem Papiertaschentuch. Verteile sanft das Öl in deinen Nasenhöhlen und vergiss auch dabei die Region unterhalb der Nase nicht.

Wenn dir deine Nase trotz allem immer noch etwas verstopft vorkommt, stellt dies keinen Grund zur Beunruhigung dar, dies bedeutet, dass deine Schleimhäute sich wieder erholen. Herkömmliche Nasensprays oder -tropfen sind hier jedenfalls keine angeratene Methode. Diese Mittel können sogar zu Abhängigkeiten führen.

Wenn ein unangenehmes Brennen jedoch anhält, so solltest du aufhören mit dem Sniffen. Wenn du **Nasenbluten oder Krusten in der Nase** hast, solltest du ebenfalls sofort mit dem nasalen Konsum der Droge aufhören und einen **Arzt aufsuchen!** Vorsicht, zuviel Nasenspülen oder Ölen ist aber auch schlecht für deine Nase.

*Sniffen schädigt übrigens ebenfalls deinen Geruchssinn nicht unerheblich!*

## **6. Sniffen verhindert keine Überdosis!**

Wenn auch der Effekt weniger wirkungsvoll als das Spritzen ist, so wirkt es doch auf die gleiche Art und Weise: Zuviel verursacht eine Überdosis.

Nach dem Sniffen von Speed, möglichst keine Trips oder Ecstasy konsumieren! Die Wirkung dieser Kombination gilt nicht nur als recht unangenehm, sie ist auch nicht immer ganz ungefährlich.

Auch der Konsum von Alkohol kann unter dem (nachlassenden) Einfluss von 'Speed' unangenehme Folgen haben, da man eine Alkoholwirkung zunächst kaum verspürt. Hinterher kommt es dann jedoch nicht selten doppelt heftig!

**Der Besitz, die Produktion, Transport, Kauf, Verkauf und die unentgeltliche Abgabe von Drogen sind bei Strafe verboten!**

## **Risikovermindernde Massnahmen zum Konsum (Zusammenfassung)**

- 1. Vor dem Sniffen, die Nase gut befreien**
- 2. Zerkleinere die Droge zu sehr feinem Puder**
- 3. Verhindere dein Röhrchen mit anderen zu teilen (Hepatitisinfektion)**
- 4. Nach dem Konsum, die Nase gut säubern**
- 5. Pflege deine Nasenlöcher (siehe oben)**
- 6. Vorsicht bei der Dosierung, Sniffen verhindert keine Überdosis**

-Text: JES Bielefeld, J. Theisen-

Im Internet:

JES Bielefeld e.V. / [psychoaktiv.lu](http://psychoaktiv.lu)