

De Telegraaf

# Exclusief

REPORTAGES &amp; ACHTERGRONDEN

## HARDE 'SOFTDRUG' HEEFT 'ONSCULD' DEFINITIEF VERLOREN

### Psychiater ziet de drama's en zegt: 'STOP ERMEE!'

**N**EDERWIET, het was allemaal soft en onschuldig, een pretsigaret. Maar de cannabis van nu is sterk spul. Het vergroot de kans op psychosen bij jongeren met een factor vier. Julie zegt na haar psychose: „In een stressvolle periode ben ik meer gaan blowen. Elke dag. Ik dacht dat het juist goed voor me was. Op feesten gebruikte ik ook paddo's en lsd. Ik dacht dat ik met krachten van het heelal kon communiceren.” Psychiater Lieuwe de Haan raadt het blowen voor het 18e jaar af: „Zoek een andere leuke hobby.”

# HASJ-ALARM

door MARIE-THÉRÈSE ROOSEDAAL

AMSTERDAM, zaterdag

In juli stak roeitalent Daan Brühl (19) zichzelf dood met een mes na het roken van een jointje. Dat nieuws deed de discussie over softdrugs opblazen. Hoe onschuldig is nederwiet, en wat kan het met mensen en vooral jongeren doen?

Volgens psychiater Lieuwe de Haan van de Zorglijn Vroege Psychose van het AMC in Amsterdam wordt het risico dat je een psychose krijgt groter door het roken van een joint. „Met blowen verdubbelt je het risico dat je een psychose krijgt van 1,5 procent naar 3 procent. En onder degenen die al jong, rond hun veertiende, blowen is dat risico ongeveer 6 procent. Je zou kunnen denken dat dat niet zo'n groot risico is. Maar het is nogal wat om de hele dag stemmen in je hoofd te horen die je opdrachten geven, last te hebben van hallucinaties, dingen waar te nemen die er niet zijn, en waan dat je in contact staat met een hogere macht, of dat je achtervolgd wordt. Over het algemeen hebben meer jongens dan meisjes psychosen en de eerste treedt gemiddeld op tussen het 17e en 22e levensjaar.”

die in de jaren zeventig zelf blowde. Voor een feestje van haar kinderen had ze een hasjcake gebakken, waarna al die feestgangers flipten, en ziek en angstig werden.”

Voorzichtig brengt De Haan het softdruggebruik in kaart: „Volgens de jongste cijfers heeft 10% van de jongens de laatste maand cannabis gerookt, tegen 5% van de meisjes. Van het totale aantal jongens blouwt 2% vaker dan tien keer per jaar. Overigens blowen jongeren in Nederland veel minder dan die in Frank-

**Leraar: „Ze blowen niet alleen jonger maar ook meer, beginnen al om 8 uur op het schoolplein”**

rijk, Spanje of Amerika.” Maar het percentage ligt onder zijn patiënten aanzienlijk hoger: „Per jaar behandelen wij 300 tot 400 jongeren met een eerste psychose, in het AMC, maar vooral met de Vroege Interventie Psychose (VIP)-teams die er in Amsterdam opuit trekken. Zestig procent van deze patiënten heeft gebloed. Op ons advies stopt de helft met blowen, voorna-

melijk degenen die balen dat ze er ooit aan waren begonnen. Ongeveer 30 procent blijft helaas blowen, en dat vergroot de kans op een nieuwe psychose. Als we in de eerste tijd intensief behandelen en het blowen vermindert, kunnen we bij meer mensen een volgende psychose voorkomen. Sommigen zijn er met één psychose van af, misschien keert het jaar later terug tijdens een stressvolle periode, anderen houden het hun leven lang.”

De Haan benadrukt dat een psychose niet alleen wordt veroorzaakt door blowen: „De genetische aanleg speelt ook mee. En de leeftijd waarop mensen beginnen met blowen is ook een belangrijke factor. Hoe jonger, hoe groter het risico dat ze psychotisch raken, bovendien raken jongeren eerder verslaafd. Tot het 18e jaar is blowen in ieder geval af te raden. Zoek een andere leuke hobby.”

De zoon van Martijntje\* van Reenen (60) lijdt aan schizofrenie. „Al negentien jaar, het begon op zijn zeventiende. Ik denk dat mijn zoon ook psychotisch was geworden als hij niet had gebloed, hij heeft de aanleg. Hij blouwt, en als je dat constant doet, is dat slecht, maar ik heb het idee dat mijn zoon juist rustig wordt van een stickie. En ik moet bekennen dat ik hem wel eens geld geef en bij de coffeeshop afzet. Zijn leven is al zo'n lijdensweg. Ik ben zelf kind van de wilde zestiger jaren. In mijn tijd was een joint beter dan alcohol. Maar ik heb het mijn kinderen altijd afgeraden, net als roken en drinken.”

Dertiger Hans\* - „Ik ben een laatbloeiër” - liep stuk tegen de waan van de dag. „Ik was ambitieus ondernemer en

**„Met blowen verdubbelt je het risico dat je een psychose krijgt”**

leidde een jachtig bestaan. Ik sliep al weken slecht, twee uur tjes per nacht. Tot dan toe was ik een recreatieve blower, hooguit een jointje in het weekeinde. In die tijd ging ik naar eentje per dag, om tot rust te komen en in slaap te vallen. Ik rookte vooral stuff, maar in mijn bloed hebben ze later ook opiumsporen aangetroffen. Je weet niet wat ze allemaal in dat spul stoppen. Blowen is een stomme bezigheid, een vlucht die je problemen niet oplost. Dat artsen het afraden snap ik wel. Toch denk ik dat ik als ik niet had gebloed ook een psychose had gehad.”

**Oranje**

Hans' psychose had een aanloop van een jaar. „Vroeger begreep ik niets van daklozen, in die periode kwamen ze naar me toe, ze herkennen het onmiddellijk.” „Het”, een psychose. „Om iets te noemen: ik was doodsbang voor de kleur oranje.” Eenlachje: „Ja, dat is nogal wat in dit land. En ik dacht dat ik werd gevolgd en afgeluisterd, ging schichtig over straat. Als een wild dier, een gevaar voor mezelf en voor anderen.” Precies weet hij zich nog te herinneren hoe hij doordraaide: „Zonder jas en zonder schoenen, op sokken, ben ik de bank binnengestroomd. Angst zaait angst, ik zie nog de blik van de bankdirecteur...” De politie pakte hem op. „Ik ging de isoleer in.” Voor verslaafden die willen afkicken is het verblijf in zo'n zorginstituut niet makkelijk. „Binnen de instelling werd volop gedeald. Controle was er totaal niet. Personeelsgebrek, hè...” Zelf kwam hij niet meer in de verleiding het spul nog aan te raken.

Ook Julie\*, begin twintig, koppelt zelf een joint niet aan haar psychose. „Het versterkt misschien de symptomen als je er gevoelig voor bent. In een



**Lieuwe de Haan van de Zorglijn Vroege Psychose van het AMC: „Zestig procent van onze patiënten heeft gebloed.”**

FOTO: ANKO STOFFELS

**In hogere sferen. Een pretsigaret kan vooral op jonge leeftijd psychosen veroorzaken.**

FOTO: MICHEL SCHWATER

„Scholen houden de kaken op elkaar en ontkennen het drugsprobleem, want dat is een regelrechte reputatiekiller. Jaren geleden heb ik het zelf meegemaakt, dat een jongen zo stoned was dat hij omviel. Maar de rector zei dat hij gewoon te weinig gegeten had. Je kan het altijd zien als iemand stoned is, en leraren zien het ook. Ik vind dat ze op z'n minst met ouders moeten gaan praten. Hasjroken is niet iets onschuldig voor een 14-jarige. Het kwalijke is dat een jongen die zich onder schooltijd in nevel hult, geheid een kansloze drop-out wordt. Die gaat spijbelen en strandt. Blowen wordt een bezigheid, een identiteit, het subcultuurtje waar ze bij willen horen. Ik heb zelf ook kinderen en afkeuring alleen helpt niet. Ik heb het altijd bespreekbaar gehouden, voorbeelden gegeven waarom ze het beter niet kan doen. Ook in de puberteit, als ze dwars zijn, zijn kinderen nog wel loyaal aan ouders.”

\*Omwille van hun privacy zijn de namen van Hans, Julie en Martijntje gefingeerd.



**■ Grotere knoppen in een wietplant: „Cannabis is sterker geworden, is omdat de kwekers dat de betere teeltmethoden hebben ontwikkeld.”**

FOTO: CORBIS

**„Omdat kwekers betere teeltmethoden hebben ontwikkeld, is het spul veel sterker geworden”**

**Laconiek**

Een stickie kan geen kwaad, zo schuift men vaak laconiek de gevaren terzijde. „Maar het spul is sterker geworden. De verhouding tussen de kalmerende en angstdempende stof cannabidiol en het stimulerende THC - de stof waar je stoned van wordt - is de laatste tien jaar veranderd. Was het THC-gehalte in het jaar 2000 nog 5 tot 10 procent, nu is dat meer dan verdubbeld tot 10 tot 30 procent. Cannabidiol treedt onmiddellijk na het roken in werking, waardoor een jointje meestal eerst kalmeert. THC werkt vooral een paar uur na het roken, waardoor mensen die paranoia worden dat niet meer in verband brengen met die joint. Ze onthouden alleen het eerste preteffect.”

Veel puberouder hebben vroeger zelf gebruikt, maar toen was de stuff aanzienlijk slapper. „Ik ken een moeder

**Wat is úw energie score?**

Test zelf en maak kans op een weekend Parijs!

Heeft u spaarlampen en wast u op lage temperaturen? Denkt u dat u al aardig op weg bent met energiebesparing? De gemiddelde energiescore van de Nederlander is 65 van de 100 punten. Hoeveel punten haalt u? Check uw energiescore met de EnergieBespaarWijzer.

Vul de test in op [www.milieucentraal.nl/energiebespaarwijzer](http://www.milieucentraal.nl/energiebespaarwijzer) want u kunt meer doen dan u denkt!

**milieu centraal**