

LSD

allucinogeni

2C-B e 2C-I

LSD

allucinogeni

3/6

Allucinogeni LSD, funghi "magici", 2C-B e 2C-I e ketamina

Le sostanze allucinogene
Gli effetti degli allucinogeni
Rischi e effetti collaterali degli allucinogeni
Safer Use per allucinogeni

7/11

LSD – dietilamide dell'acido lisergico

La sostanza
Gli effetti
Rischi e effetti collaterali
Safer use

12/14

Funghi allucinogeni

La sostanza
Gli effetti
Rischi e effetti collaterali
Safer use

15/17

2C-B e 2C-I

Le sostanze
Gli effetti
Rischi e effetti collaterali
Safer use

18/20

Ketamina

La sostanza
Gli effetti
Rischi e effetti collaterali
Safer use

21/22 Aiuto e consigli / Contatto e informazioni

Funghi Ketamina

Allucinogeni LSD, funghi “magici”, 2C-B e 2C-I e ketamina

Le sostanze allucinogene

Con il termine “allucinogeni” (dal latino *allucinatio*, discorso delirante) vengono definite diverse sostanze psicoattive accumulate da effetti simili. Queste sostanze tendono a modificare le percezioni e le interazioni con l'ambiente circostante portando le persone a avvertire, vedere ed ascoltare cose ritenute reali da chi le percepisce.

Negli anni cinquanta alcune sostanze psichedeliche sottostavano a controlli specifici in quanto considerate simili a degli stupefacenti, ma erano tuttavia ottenibili legalmente come medicinali contro l'emicrania e come sostegno nelle psicoterapie. Con la modifica della Legge federale sugli stupefacenti del 1973, venne sancito un divieto definitivo. Da allora gli allucinogeni sono considerati sostanze illegali.

Gli effetti degli allucinogeni

La particolarità degli allucinogeni non sta tanto nella loro tossicità ma nell'imprevedibilità dei loro effetti: l'esperienza psichedelica può essere estremamente delicata in quanto queste sostanze modificano temporaneamente lo stato di coscienza ordinario con variazioni più o meno intense delle percezioni sensoriali. Le percezioni uditive, visive e tattili si intrecciano e assumono particolari tonalità e frequenze. Il tempo e lo spazio assumono una consistenza insolita. L'umore e le sensazioni possono cambiare radicalmente.

Gli effetti degli allucinogeni variano notevolmente in base allo stato d'animo di chi li assume (*set*), all'ambiente in cui vengono consumati (*setting*), alla quantità e qualità delle sostanze (*drug*). Per **drug** si intende infatti sia la qualità (principi attivi e taglio) sia la quantità (dosaggio). L'uso di psichedelici coinvolge e amplifica tutti gli aspetti del nostro universo interiore e risulta perciò evidente che una situazione che viviamo come stressante o negativa possa influenzare enormemente un'esperienza con sostanze allucinogene (*set*). Anche il **setting**, che comprende sia lo spazio fisico che le persone con le quali si decide di sperimentare una sostanza, ha una forte influenza in quanto chi assume psichedelici diventa molto sensibile agli stimoli esterni.

Rischi e effetti collaterali degli allucinogeni

I rischi degli allucinogeni non sono generalmente legati alla loro tossicità ma ai pericoli che possono accompagnare l'esperienza psichedelica: c'è il rischio di incorrere in un **"bad trip"** e di non riuscire a capire le esperienze e le sensazioni vissute integrandole nella vita ordinaria. Le cause possono essere diverse: dosaggio eccessivo, mix con altre sostanze, *set* e *setting* inadeguati. Durante un bad trip si possono riscontrare ansia, disorientamento, panico, paranoia e stati confusionali gravi che possono sfociare in azioni pericolose e talvolta in incidenti mortali. **Se stai facendo un brutto viaggio, cerca di rilassarti ed accetta la modifica del tuo stato di coscienza. Ricorda che ciò che sta succedendo è provocato da una sostanza... perciò passeggero!**

Un'eccessiva frequenza di assunzione (più di una volta al mese), soprattutto in chi non ha ancora completato la maturazione psicologica,

può compromettere l'equilibrio psichico scatenando depressioni, insonnia, psicosi e disturbi paranoidi. Gli allucinogeni possono inoltre attivare dei disturbi psichici latenti (nascosti) intaccando l'equilibrio psicologico e il percorso di vita di chi li assume talvolta in modo grave e permanente! È indispensabile prendersi il tempo necessario per elaborare ed integrare le esperienze ristabilendo così un nuovo equilibrio.

Safer Use per allucinogeni

- Un viaggio psichedelico è un'esperienza intensa alla quale bisogna avvicinarsi con il massimo riguardo. Informati, preparati e cerca di capire cosa ti aspetti da questo "viaggio". Se le condizioni non ti sembrano ideali e ti senti insicuro, rinuncia al consumo.
- Non consumare allucinogeni se non ti senti in piena forma fisica e psichica (set positivo).
- Non prendere allucinogeni a meno che tu non ti senta pronto. Fallo solo in un ambiente nel quale ti senti sicuro, a tuo agio e con delle persone di cui ti puoi fidare e che hanno avuto delle esperienze con la sostanza che intendi consumare (setting positivo).
- Una persona con esperienza, fidata e lucida che ti affianca nel "viaggio" può aiutarti a superare eventuali momenti difficili (trip sitter).
- **Evita il policonsumo: i rischi aumentano!**
- Non metterti alla guida ed evita di compiere azioni che richiedono concentrazione e responsabilità. Evita le strade, gli spazi affollati e altri luoghi potenzialmente pericolosi.
- Se qualcuno sta vivendo un bad trip cerca di fare il possibile per calmarlo e rassicurarlo ma senza essere troppo insistente (ogni gesto può essere mal interpretato). Ricordagli che gli effetti della sostanza

sono destinati a svanire. Se nonostante ciò, la persona non riesce ad uscire dal suo delirio tanto da essere pericoloso per sé stesso e/o per gli altri, non esitare a chiamare soccorso (tel. 144).

- Durante un viaggio psichedelico il desiderio sessuale può essere accentuato aumentando la disponibilità a pratiche sessuali a rischio. Consuma sostanze solo di comune accordo, chiarisci quali sono le pratiche ok e quali quelle tabù, non assumere quantità tali da impedire di capire i segnali di stop. In ogni caso, usa sempre il preservativo in modo corretto!

- Dopo il trip concediti almeno un giorno di tranquillità durante il quale "digerire" la tua esperienza e permettere al tuo corpo di recuperare energia.

- Evita di ripetere l'esperienza prima di alcune settimane (almeno un mese). Un uso troppo frequente attenua gli effetti e aumenta i rischi.

- Le persone che soffrono di malattie mentali oppure coloro che soffrono di problemi cardiaci dovrebbero astenersi dal consumo di allucinogeni così come le donne incinta e che allattano.

LSD — dietilamide dell'acido lisergico

La sostanza

La dietilamide dell'acido lisergico, potente allucinogeno universalmente conosciuto con l'abbreviazione LSD, è una molecola psichedelica la cui origine è riconducibile alla *claviceps purpurea*, fungo parassita di alcuni cereali ed in particolare della segale, detta "cornuta", proprio a causa dell'affezione del fungo. Inventato nel 1943 da Albert Hofmann, l'LSD era utilizzato nella terapia psichiatrica prima della sua messa al bando nel corso degli anni sessanta e settanta quando, in relazione allo sviluppo della cultura psichedelica e dei movimenti di contestazione, il consumo di LSD divenne un fenomeno di massa.

Aspetto: liquido. L'LSD è generalmente commercializzato tramite cartoni decorati e imbevuti di acido (trip) o più raramente sotto forma di micropunte (di vari colori simili a punte di matita). Il dosaggio delle micropunte è generalmente più elevato.

Modalità di consumo: per via orale. L'LSD viene assorbito dalla mucosa all'interno della bocca.

Dosaggio: da 25 a 200 microgrammi (0.025 a 0.20 mg). **La variabilità del dosaggio costituisce un rischio: tra due cartoni apparentemente dello stesso tipo, uno può essere ben più potente dell'altro.**

Gli effetti

La particolarità dell'LSD, e più in generale di tutti gli allucinogeni, non sta tanto nella sua tossicità ma nell'imprevedibilità dei suoi effetti psichici. Gli effetti dell'LSD variano infatti in base allo stato d'animo di chi lo assume (set), all'ambiente in cui viene consumato (setting) e alla

quantità e qualità della sostanza (drug). L'LSD, come altre sostanze psichedeliche, modifica temporaneamente lo stato di coscienza ordinario con variazioni più o meno intense delle percezioni sensoriali. Le percezioni uditive, visive e tattili si intrecciano e assumono particolari tonalità e frequenze (sinestesie: "vedere" gli odori, "sentire" i colori, ecc.). Le idee sembrano scorrere velocemente e diventa difficile esprimerle oralmente. Il tempo assume una consistenza insolita tanto che diventa impossibile rendersi conto di che ora sia. L'umore e le sensazioni possono cambiare radicalmente. Ad alti dosaggi, è possibile una dissociazione dal corpo. Si possono poi avvertire difficoltà respiratorie, aritmie cardiache, sudorazione e sbalzi di pressione, a volte solo apparenti, midriasi (dilatazione delle pupille), aumento della temperatura corporea e innalzamento del livello di zuccheri nel sangue. **L'LSD produce esperienze psichedeliche molto intense che solo le persone consapevoli sono in grado di gestire.**

Inizio degli effetti: dopo 30-60 minuti. Non è raro che i primi effetti compaiano solo dopo alcune ore. Durante la salita possono comparire sensazioni di ansia e di estrema confusione così come nausea e brividi.

Durata degli effetti: dalle 5 alle 12 ore. Sotto altre forme, il viaggio può poi proseguire per alcune ore in cui compare un forte senso di stanchezza accompagnato da una certa difficoltà nel prendere sonno.

Discesa degli effetti: la discesa è un momento di transizione che può rivelarsi difficile: gli effetti svaniscono e compaiono stanchezza nonché possibili sentimenti d'irritabilità e depressione. È importante poter avere il tempo per superare questi momenti senza attività che impegnino la mente o comportino l'assunzione di responsabilità. Seppur raramente, anche a distanza di diverso tempo dall'ultima assunzione, possono

comparire dei “flashback” durante i quali si possono rivivere le sensazioni provocate dalla sostanza.

Rischi e effetti collaterali

I rischi dell'LSD non sono tanto legati ai suoi effetti fisici ma all'imprevedibilità dei suoi effetti psichici. Il “**bad trip**” è infatti uno dei maggiori pericoli delle esperienze con gli allucinogeni. Le cause possono essere diverse: dosaggio eccessivo, mix con altre sostanze, “set” e “setting” inadeguati. Si possono riscontrare ansia, disorientamento, panico, paranoia e stati confusionali talvolta gravi che possono sfociare in azioni pericolose o incidenti. **Se stai facendo un brutto viaggio, cerca di rilassarti ed accetta la modifica del tuo stato di coscienza. Ricorda che ciò che sta succedendo è provocato da una sostanza... perciò passeggero!**

Sul mercato gli acidi contengono raramente la quantità di LSD dichiarata dallo spacciatore e a volte contengono persino altre sostanze (DOB, DOM o altre sostanze di taglio). Come per tutte le sostanze acquistate illegalmente, la composizione di un trip non può essere stabilita senza un'apposita analisi e risulta quindi difficile prevederne gli effetti ricercati o inattesi. Un sovradosaggio, in condizioni di set e setting particolari, può causare un “bad trip” con conseguenze psichiche che possono persino condizionare la salute mentale di una persona in modo grave e permanente.

Rischi a lungo termine: benché l'LSD non induca una dipendenza, è possibile che il desiderio di rivivere queste esperienze diventi molto intenso. È invece dimostrata l'insorgenza di una notevole assuefazione (bisogno di aumentare il dosaggio per avvertire gli stessi effetti).

Un'eccessiva frequenza d'assunzione, soprattutto in chi non ha ancora

completato la maturazione psicologica, può compromettere l'equilibrio psichico scatenando depressioni, insonnia, psicosi e disturbi paranoici. È indispensabile prendersi il tempo necessario per elaborare le esperienze e ristabilire un nuovo equilibrio.

Safer use

- Non consumare LSD se non ti senti in piena forma fisica e psichica (set positivo). Fallo solo in un ambiente nel quale ti senti sicuro, con delle persone che sanno di cosa si tratta e di cui ti puoi fidare (setting positivo).
- Una persona fidata, lucida e "preparata" che ti affianca nel "viaggio" può aiutarti a superare eventuali momenti difficili (trip sitter).
- Se decidi di prendere un trip, non assumerlo a stomaco vuoto o eccessivamente pieno. È meglio mangiare qualcosa di leggero 2-3 ore prima dell'assunzione.
- **Evita di mischiare l'LSD con altre sostanze**, soprattutto con alcol, anfetamine e cocaina. I rischi aumentano!
- Così come gli effetti, i dosaggi sono personali: inizia con piccole quantità per limitare i danni ed evitare di trovarti in situazioni troppo difficili da vivere. Non esagerare: evita di prendere più di un trip in una stessa sera e soprattutto non tutti in una volta. Conviene suddividere il trip in più dosi da consumare una per volta. Se gli effetti non sono subito percepibili aspetta! Possono passare fino a 2-3 ore prima che inizi la salita.
- Durante il trip, lasciati andare e non cercare di resistere agli effetti della sostanza. Se avverti sensazioni sgradevoli o ansia, cerca di stare tranquillo e non farti prendere dal panico. Più provi a "controllare" il viaggio, più rischi che ti sfugga. Lasciati andare e aspetta che il viaggio

finisca, assieme ad esso finiranno anche le spiacevoli sensazioni che possono accompagnare il trip.

- Lo zucchero d'uva può essere utile in caso di problemi circolatori.
- Evita le strade, gli spazi affollati e altri luoghi potenzialmente pericolosi. Attenzione: se consumato durante i party, l'LSD può provocare attacchi di panico e disorientamento dovuti all'eccesso di stimoli.
- Le persone che soffrono di malattie mentali, coloro che prendono neurolettici (Haldol, Leponex, Zyprexa, ecc.) o antistaminici oppure coloro che soffrono di problemi cardiaci devono astenersi dal consumo di LSD.
- Per ulteriori consigli, consulta il capitolo "safer use degli allucinogeni", pp. 5-6.

Funghi allucinogeni

La sostanza

Il principale principio attivo dei funghi allucinogeni è la psilocina da cui deriva la psilocibina (in quantità minori anche DMT). Sin da tempi antichissimi i funghi "magici" vengono utilizzati come strumenti rituali a scopo curativo. I più conosciuti sono: la *psilocybe semilanceata* (dal cappello conico e appuntito, famiglia delle strophariaceae), la *psilocybe cubensis* (il "messicano" o anche detto San Isidro) e il *panaeolus cynescens* ("l'hawaiano"), ma se ne conoscono oltre 80 diverse varietà.

Aspetto: funghi freschi o secchi a volte tritati. Se pur rara, la psilocibina sintetica (pura) si presenta come polvere bianca.

Modalità di consumo: mangiati, bevuti come infusi, raramente fumati (a dipendenza del quantitativo gli effetti sono più tenui, ma il sapore è sempre disgustoso).

Dosaggio: il contenuto di sostanza attiva presente nei funghi è soggetto a forti variazioni e cambia tra funghi secchi e funghi freschi (il dosaggio di funghi secchi è 10 volte inferiore a quello di funghi freschi). Il dosaggio medio per funghi secchi varia poi a seconda delle varietà: *psilocybe semilanceata* da 0.5 g a 5 g, messicano da 0.3 g a 1 g, hawaiano da 0.5 g a 1.5 g.

Gli effetti

Gli effetti dei funghi variano a seconda della varietà e del dosaggio (drug), della situazione in cui vengono consumati (setting), della personalità e dalle condizioni psichiche momentanee del consumatore (set). Se il dosaggio è leggero, i funghi hanno un effetto esilarante, a dosaggio medio diventano leggermente allucinogeni e in maggiori

quantità producono un effetto allucinatorio e psichedelico fino alla perdita di contatto con la realtà e con sé stessi. Gli effetti possono agire a livello intellettuale producendo la sensazione di una profonda comprensione di sé; a livello emotivo con uno stato di euforia o ansia; a livello percettivo con alterazioni visive, uditive, tattili e del senso spazio-tempo. L'ambiente circostante viene spesso percepito come in un sogno e si può avvertire un forte senso di comunione con la terra e la natura.

Inizio degli effetti: dopo 30-60 minuti dall'ingestione (prima se a stomaco vuoto). Durante la salita possono comparire sensazioni nausea, debolezza, vertigini, mal di testa, vomito, vampate di calore alternate a brividi, midriasi (dilatazione delle pupille), aumento della temperatura corporea (traspirazione), ipertensione e tachicardia.

Durata degli effetti: dalle 2 alle 6 ore a seconda del tipo e del preparato.

Rischi e effetti collaterali

Un **“bad trip”** non integrato nella vita ordinaria è uno dei maggiori rischi delle esperienze con gli allucinogeni. Le cause possono essere diverse: dosaggio eccessivo, mix con altre sostanze, “set” e “setting” inadeguati. Si possono riscontrare ansia, disorientamento, panico, paranoia e stati confusionali gravi che possono sfociare in azioni pericolose e talvolta in incidenti mortali. Se si raccolgono i funghi direttamente in natura, esiste il pericolo di confonderli con altre varietà potenzialmente mortali!

Rischi a lungo termine: non sono dimostrati né fenomeni di dipendenza né danni cerebrali permanenti. Il consumo di psilocina può però avere delle ripercussioni sulla salute mentale attivando disturbi

psichici latenti (esistenti ma nascosti).

Safer use

- L'identificazione corretta di qualsiasi tipo di fungo si ha solamente tramite l'analisi delle spore. Se hai dei funghi freschi, quantomeno consulta un libro specializzato: diversi funghi sono tossici o mortali.
- Se possibile, prendi i funghi secchi: lavalvi bene prima di ingerirli.
- Non consumare funghi allucinogeni se non ti senti in piena forma fisica e psichica (set positivo). Fallo solo in un ambiente nel quale ti senti sicuro, con delle persone che sanno di cosa si tratta e di cui ti puoi fidare (setting positivo).
- Una persona fidata, lucida e "preparata" che ti affianca nel "viaggio" può aiutarti a superare eventuali momenti difficili (trip sitter).
- Prendi i funghi di preferenza a stomaco vuoto, possibilmente a digiuno da 6 a 8 ore, per evitare nausea e altre effetti collaterali spiacevoli. Mastica bene!
- Evita il policonsumo: non consumare mai i funghi con alcol o medicinali!
- Per ulteriori consigli, consulta il capitolo "safer use degli allucinogeni", pp. 5-6.

2C-B e 2C-I

Le sostanze

Il 2C-B (4-brom-2,5-dimetossifenilettilamina) e il 2C-I (2,5-dimetossi-4-iodofenetilamina) sono dei derivati sintetici della mescalina che si presentano in forma di pillola o di polvere che vengono generalmente ingerite o più raramente sniffate. 2C-B e 2C-I sono sostanze psichedeliche sintetizzate nel corso degli anni '70 a scopo terapeutico all'interno della comunità psichiatrica statunitense. Solo successivamente queste sostanze vennero commercializzate come afrodisiaci o come "party drugs". A partire dagli anni '90, queste sostanze sono considerate illegali, praticamente in tutto il mondo.

Attualmente, il 2C-B è spacciato come se si trattasse di pasticche d'ecstasy. Queste pasticche non contengono MDMA ma 2C-B. Attenzione! Gli effetti sono molto diversi rispetto a quelli dell'MDMA: le percezioni e i sentimenti si intensificano e, a partire da 10-15 mg possono prodursi allucinazioni.

Aspetto: per lo più in forma di pastiglie o di polvere (talvolta in capsule).

Modalità di consumo: solitamente ingerite, raramente sniffate (2C-B). Il 2C-B è considerato una tra le più dolorose sostanze da sniffare in quanto provoca un fortissimo bruciore al naso.

Dosaggio: molto variabile. Se sniffati sono sufficienti tra i 2 e i 15 mg al massimo. Se ingeriti occorrono tra 5 mg e 25 mg al massimo. Questi derivati agiscono già a bassi dosaggi e delle variazioni di 2 mg in più o in meno possono essere decisive. Dosi superiori a 25 mg sono considerate sgradevoli anche dai consumatori più esperti.

Gli effetti

Le percezioni e le sensazioni diventano più intense e lo stimolo sessuale può aumentare (effetto afrodisiaco). A partire da 10-15 mg, l'effetto diventa di carattere allucinatorio. Le barriere tra mondo interiore e mondo esteriore si dissolvono. Spesso si possono percepire fugaci forme colorate e dei campi luminosi attorno alle persone e agli oggetti. Gli effetti del 2C-I e del 2C-B sono considerati meno intensi rispetto a quelli dell'LSD.

Inizio degli effetti: ingerito, dopo 30-60 minuti, sniffato dopo 5-10 minuti.

Durata degli effetti: 2C-B, circa 4-8 ore, 2C-I: circa 6-10 ore.

Rischi e effetti collaterali

Sotto l'effetto di 2C-I e 2C-B, le pupille si dilatano e la pressione sanguigna aumenta. Possono inoltre insorgere nausea, sudorazione e vertigini. Alcuni consumatori parlano di disturbi allo stomaco o all'intestino così come di alcuni casi particolari in cui sono apparse delle leggere reazioni allergiche (tosse provocata dall'aumento di produzione di saliva). A livello psichico si rischia di attraversare un momento di disorientamento, di confusione e di ansia tanto da aver paura di morire.

Rischi a lungo termine: malgrado l'esistenza di alcune testimonianze e la certezza del rischio per la salute legato al consumo di questa sostanza, non ci sono informazioni sufficienti che permettano di stabilire quali siano i rischi specifici a lungo termine.

Safer use

- Gli effetti del 2C-I e del 2C-B sono intrinsecamente legati al "setting" e il loro consumo non è sempre adatto in occasione dei party. Se decidi di consumare 2C-B fallo unicamente in posti in cui ti senti sicuro e se ti senti in piena forma fisica e psichica!
- Non consumare mai 2C-I e 2C-B da solo e, se ne fai uso, fallo solo se ti senti in buone condizioni mentali e fisiche e se hai dormito a sufficienza.
- Se hai paura degli effetti di questa sostanza, rinuncia al consumo! Non aumentare la dose, sii prudente sul dosaggio e non consumare più dosi durante la stessa occasione.
- Non mischiare 2C-I e 2C-B con alcol o medicinali. Il consumo combinato di 2C-B e MDMA può provocare convulsioni.
- Durante il "trip" bevi acqua frequentemente e in abbondanza (3-5 dl ogni ora).
- Se sniffi fai attenzione alle regole del "safer sniffing". Stai attento però: il 2C-B brucia dolorosamente il naso.
- Il consumo di 2C-I e di 2C-B è sconsigliato per le persone che soffrono di malattie circolatorie o del cuore, così come per coloro che hanno dei problemi di diabete.
- Per ulteriori consigli, consulta il capitolo "safer use degli allucinogeni", pp. 5-6.

Ketamina

La sostanza

La ketamina è un anestetico ad uso veterinario e umano dai possibili effetti dissociativi (separazione tra corpo e mente). A dosaggi inferiori a quelli anestetici, la ketamina produce effetti psichedelici e viene inadeguatamente consumata anche come sostanza ricreazionale durante i party.

Aspetto: in soluzione liquida o in polvere cristallina biancastra.

Modalità di consumo: la ketamina può essere sniffata, ingerita o iniettata per via intramuscolare. Tramite ingestione e iniezione intramuscolare, i rischi aumentano.

Dosaggio: 50-150 mg se sniffata, 200-450 mg se ingerita, 60-120 mg per iniezione intramuscolare.

Gli effetti

Come per tutte le sostanze gli effetti della ketamina dipendono dal dosaggio, dal set e dal setting. A bassi dosaggi, il suo effetto si manifesta come un progressivo distacco della mente dal corpo e dalle emozioni, i suoni e le immagini appaiono frammentate e distorte, la percezione del tempo e dello spazio è completamente alterata.

Aumentando le dosi, aumenta l'effetto dissociativo della ketamina: il distacco dalla realtà circostante è pressoché totale.

Si osservano insensibilità parziale o totale al dolore, problemi di coordinazione, disturbi della percezione del mondo esterno e del proprio corpo. Si registrano inoltre problemi di comunicazione, sensazioni di pesantezza e assenza fisica. Ad alti dosaggi può provocare incapacità di comunicazione e di movimento. Dopo il trip si

verificano stordimento e perdita di memoria.

Inizio degli effetti: da 2 a 5 minuti se sniffata, da 15 a 20 minuti se ingerita, da 2 a 5 minuti se iniettata.

Durata degli effetti: a seconda della dose e della modalità di consumo da 30 minuti a 3 ore.

Rischi e effetti collaterali

Mettendo a dura prova il sistema cardiovascolare, il trip di ketamina è molto faticoso, anche se non viene percepito come tale. Molte persone parlano di esperienze di "quasi morte", potenti allucinazioni e perdite di memoria. L'esperienza dissociativa può apparire così vera che si è sicuri di aver abbandonato il proprio corpo e/o di essere morti.

Tra gli effetti collaterali si osservano debolezza, mancanza d'appetito, nausea, vomito, mancanza di coordinazione muscolare, vertigini, accelerazione del polso, aumento della pressione sanguigna e aritmia. Ad alti dosaggi si verificano rigidità muscolare, paralisi e narcosi. Aumentando ulteriormente la dose, la ketamina può provocare attacchi epilettici e coma.

Rischi a lungo termine: nel caso di un uso frequente, la ketamina provoca una dipendenza fisica e favorisce l'insorgere di stati d'ansia e di depressione. Anche a bassi dosaggi, la ketamina può provocare disfunzioni cerebrali intaccando la memoria, la capacità d'apprendimento e la percezione.

Safer use

• **La ketamina non è una droga da party!** Non prendere la ketamina da solo e, se decidi di farlo, fallo solo in un ambiente familiare in cui ti senti a tuo agio. C'è la possibilità di perdere conoscenza!

- Sii prudente con il dosaggio. Minore è la quantità, migliore è l'effetto!
- Se iniettata, i rischi di contrarre epatiti e HIV aumentano. Usa siringhe sterili, non scambiarle e non riutilizzarle. Disinfetta la cute prima e dopo l'iniezione.
- Ricorda che la ketamina ti rende insensibile al dolore: puoi provocarti delle ferite senza neppure rendertene conto. Si sono verificati annegamenti in semplici vasche da bagno ma anche cadute dalle scale e dalle finestre.
- Non prendere la ketamina a stomaco pieno.
- **Rinuncia al policonsumo!** In combinazione con alcol, benzodiazepine e oppiacei, la ketamina può provocare un arresto respiratorio! In combinazione con la cocaina, si verificano innalzamento della pressione sanguigna, aumento del ritmo cardiaco e difficoltà respiratorie.
- Dopo il trip prenditi tutto il tempo necessario per recuperare.
- Fai delle pause durante le quali non consumi...
- Le persone che soffrono di problemi cardiovascolari, broncopneumopatici o psichici, di ipertensione o di glaucoma devono astenersi dal consumo di ketamina.
- Per ulteriori consigli, consulta il capitolo "safer use degli allucinogeni", pp. 5-6.

Aiuto e consigli

A volte le sostanze intervengono su problemi già esistenti. In questi casi il "bad trip" non si finisce una volta esaurito l'effetto dell'allucinogeno, ma continua scatenando problemi duraturi, come angosce difficilmente controllabili, fobie e vere e proprie psicosi. In queste situazioni è utile consultare un professionista.

In Ticino puoi rivolgerti a

Antenna Icaro

Bellinzona 091 826 21 91

Locarno 091 751 59 29

Ingrado – Centro di consulenza e aiuto

Lugano 091 973 30 30

Contatto e informazioni

Per ricevere del materiale informativo o organizzare un info-point in occasione di un party, rivolgeti a:

info@danno.ch
www.danno.ch

funghi

Ketamina

danno
drogati