



### SAFER-USE-TIPPS

Wenn du trotz der Risiken Drogen mixen willst, solltest du unbedingt Folgendes beachten:

- Viel trinken, um Leber und Nieren zu schonen. Am besten sind Mineralwasser, Säfte, Tee. Auf keinen Fall Alkohol trinken: Er trocknet den Körper aus!
- Sag deinen Freunden, was du genommen hast. Bei Problemen können sie den Arzt informieren, damit der richtig helfen kann.

- Teste erst mal kleine Mengen an und warte die volle Wirkung ab. Wenn nötig, kannst du später immer noch „nachlegen“.
- Je nach Substanz dauert es unterschiedlich lange, bis die maximale Wirkung erreicht ist.
- Leg daher nicht zu schnell nach!

**3 Mischkonsum = unkalkulierbare Risiken**

© Deutsche AIDS-Hilfe e.V.  
 Wilhelmstr. 138 | 10963 Berlin  
 Tel.: 030 / 69 00 87-0  
 www.aidshilfe.de | dah@aidshilfe.de

DAH-Bestellnummer: 042043  
 2. unveränderte Auflage 2016

Konzept: Dirk Schäffer  
 Textgrundlage: Fixpunkt e.V.  
 Bearbeitung: Holger Sweers  
 Gestaltung: Bengt Quade (diepixelhasen)  
 Druck: Druckerei Conrad,  
 Breitenbachstraße 34-36, 13509 Berlin



KURZINFOS FÜR DROGENGEBRAUCHER\_INNEN

**3 Mischkonsum = unkalkulierbare Risiken**

Mischkonsum heißt: Verschiedene Drogen werden gleichzeitig oder kurz nacheinander genommen. Die Risiken sind unkalkulierbar – hier die wichtigsten Infos und Tipps:

**Mischkonsum:  
Besser nicht!**



Mischkonsum ist die häufigste Ursache von Drogenot- und Drogentodesfällen: Die Wirkungen können sich gegenseitig verstärken und sind völlig unvorhersehbar. Bestimmte Kombinationen sind sogar lebensgefährlich – du solltest sie daher unbedingt meiden.

Dieser Flyer nennt die gefährlichsten Mixe und zeigt, wie du die Risiken senken kannst, wenn du trotzdem Drogen mischst.

## Mischkonsum: besonders gefährliche Kombinationen



### HEROIN + ALKOHOL/BENZOS

Mögliche Folgen sind Bewusstlosigkeit, Koma und Atemstillstand.

### ECSTASY + ANTIDEPRESSIVA

Hier besteht erhöhte Gefahr für Krampf- oder epileptische Anfälle, die bis zum Kreislaufkollaps führen können.

### LIQUID ECSTASY (GHB/GBL) + ALKOHOL

Schon bei geringen GHB/GBL-Mengen kann zusätzlicher Alkohol lebensgefährlich sein: Bewusstlosigkeit, Atemlähmung oder Atemstillstand sind mögliche Folgen.

### SPEED/CRYSTAL + ALKOHOL

Unter Speed und Crystal sind die Warnsignale des Körpers ausgeschaltet. Selbst bei großen Alkoholmengen fühlt man sich dann noch ziemlich nüchtern. Es droht eine Alkoholvergiftung!

