



IN DIE LEISTE

GEHEN RISIKEN DES
DROGENKONSUMS



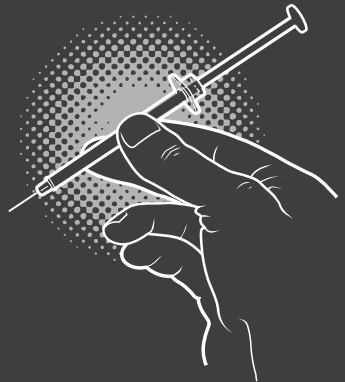


Wir wollen mit dieser Broschüre weder für den intravenösen Konsum in die Leistenvene, noch für den Konsum illegaler Drogen werben.

Unser Anliegen ist es, das Bewusstsein für die Risiken des Leistenkonsums zu schärfen und Kenntnisse zu Maßnahmen der Risikominderung zu vermitteln.

Das Spritzen in die Leiste sollte immer die allerletzte Möglichkeit sein!

Warum und wie in die Leiste spritzen?





Warum in die Leiste spritzen?



Paul

Paul spritzt in die Leiste weil er keine andere Stelle mehr zum injizieren findet.

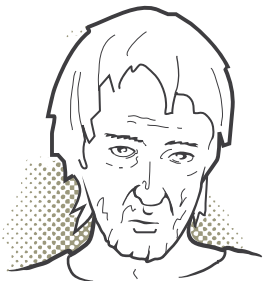
Wenn Du keine andere Körperstelle mehr findest, an der Du spritzen kannst, ist es vielleicht an der Zeit Deinem Körper eine Pause vom i.v. Konsum zu gönnen. Versuche Dich möglichst an Alternativen wie dem Rauchen der Drogen, Analinjektion oder denke über eine Substitution als Alternative nach..



Susanne

Susanne nutzt die Leiste, weil sie ihren Drogenkonsum vor Familie, Partner und Ärzten verbergen will.

Sichtbare Einstichstellen und Abszessnarben lassen sich auch an weniger risikoreichen Stellen vermeiden.



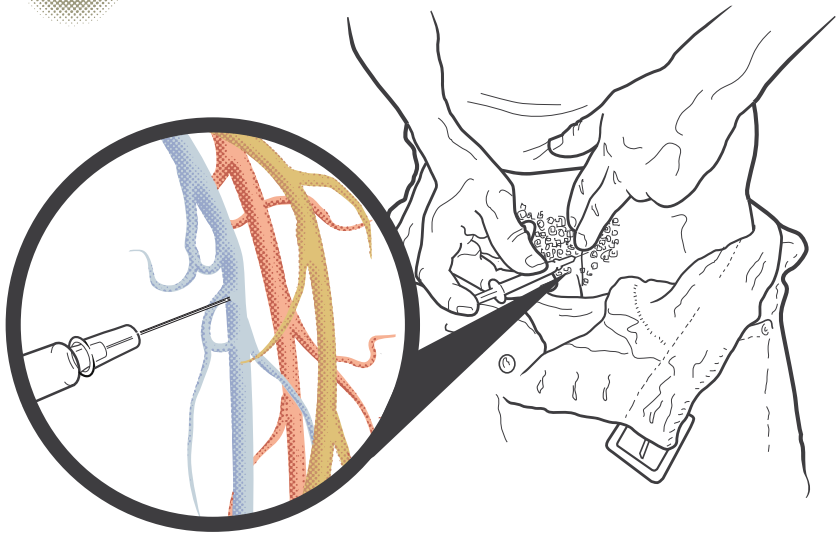
Igor

Alle Freunde von Igor injizieren in die Leiste, daher ist es für ihn normal so zu konsumieren.

Da der Leistenkonsum relativ weit verbreitet ist, könnte der Eindruck entstehen, dass dies eine "normale" und "sichere" Konsumform ist. Der Konsum ist jedoch mit hohen Risiken verbunden.



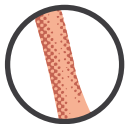
Unter der Haut - Die Leiste





Die Vene

Die Leistenvene ist eine der größten Venen im menschlichen Körper. Sie führt nahezu das gesamte Blut aus den Beinen zurück in Herz und Lunge.



Die Arterie

Bei der Leistenarterie handelt es sich um eine der größten Arterien im Körper. Sie liefert nahezu das ganze Blut für die Versorgung deines Beines. Du brauchst diese Arterie! Wenn Du versehentlich die Arterie triffst, kannst Du in ernsthafte Schwierigkeiten geraten.



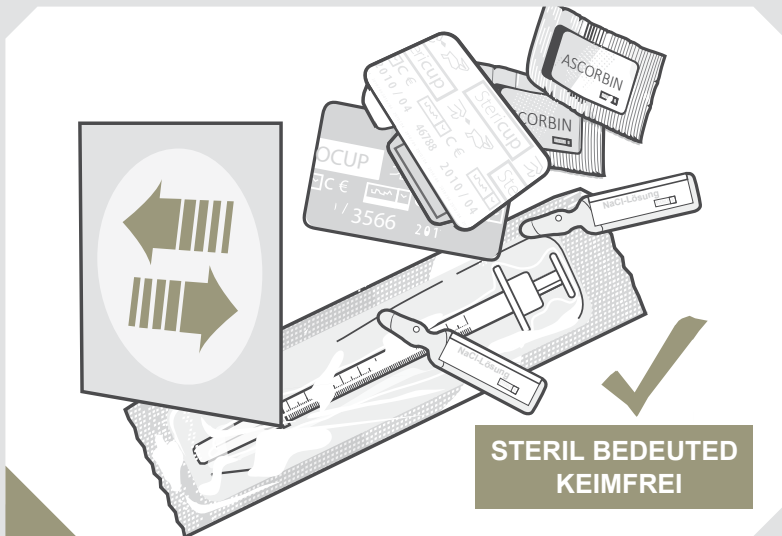
Der Nerv

Er transportiert Signale vom Gehirn ins Bein und zurück. Dadurch kannst Du die Bewegung des Beins kontrollieren, Schmerzen und Berührungen spüren. Wenn Du den Leistenerv mit der Kanüle verletzt, ist das extrem schmerzhaft und kann zu Lähmungen führen.

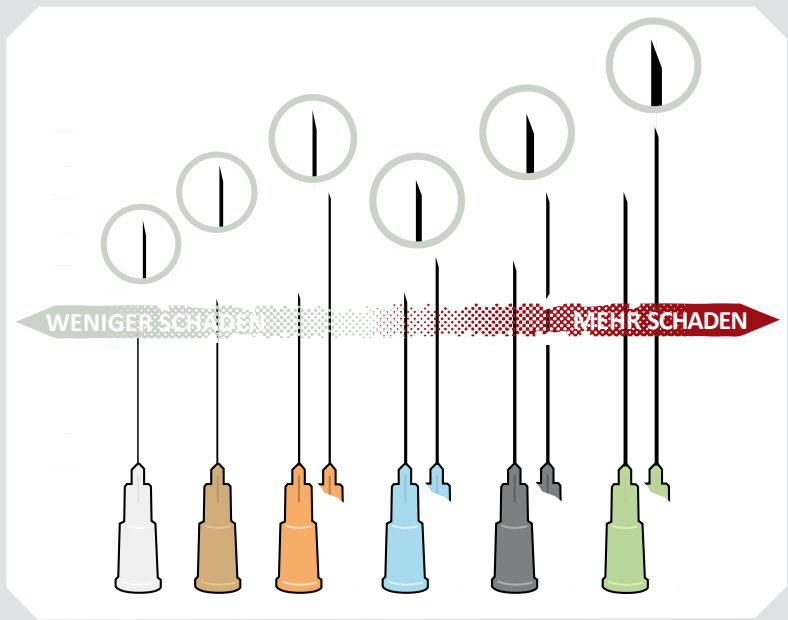


Safer Use

Es gibt keinen sicheren Weg in die Leiste zu spritzen, aber Du kannst die Risiken reduzieren, wenn Du diese Hinweise zum intravenösen Drogenkonsum beachtest.



Frage in Deiner örtlichen Drogen- und Aidshilfe oder JES Gruppe nach Safer-Use-Informationen und den richtigen Konsumutensilien. Vermeide unnötige Infektionen, die durch bereits benutzte Spritzenutensilien entstehen und nutze ausschließlich sterile Utensilien.



Dickere Kanülen verursachen mehr Schaden. Benutze daher so dünne Nadeln wie möglich. Sei bei der Anwendung aber immer sehr vorsichtig, um die Nadel nicht abzubrechen!

Zur richtigen Länge der Nadeln gibt es unterschiedliche Meinungen. **Wir können uns hier nicht endgültig festlegen, empfehlen aber nach dem Grundsatz, so kurz wie möglich und so lang wie nötig vorzugehen.**

Wenn Du einige Zeit in die Leiste gespritzt hast, kann es sein, dass Du eine längere Kanüle brauchst um die Vene zu treffen und Narbengewebe zu durchstechen.



Für jeden Druck eine neue Kanüle!

So senkst Du das Risiko für Verletzungen und Infektionen, außerdem hast Du ein geringeres HIV- und Hepatitis-Risiko.



Viren können durch alles übertragen werden, das zuvor mit Blut in Kontakt gekommen ist (Feuerzeug o.ä.).

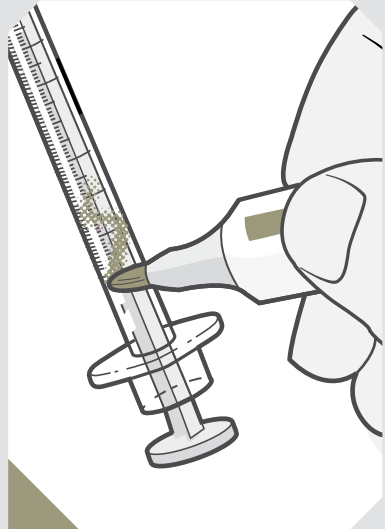


Sorge für einen sauberen Platz, den nur Du nutzt, um Deinen Druck vorzubereiten.



Niemals weitergeben!

Um HIV-/Hepatitis-Infektionen etc. zu vermeiden, solltest Du Konsumutensilien niemals wiederverwenden, die bereits von anderen Drogengebern benutzt worden sind.



Markiere Deine Konsumutensilien, damit Du sie nicht versehentlich vertauschst.

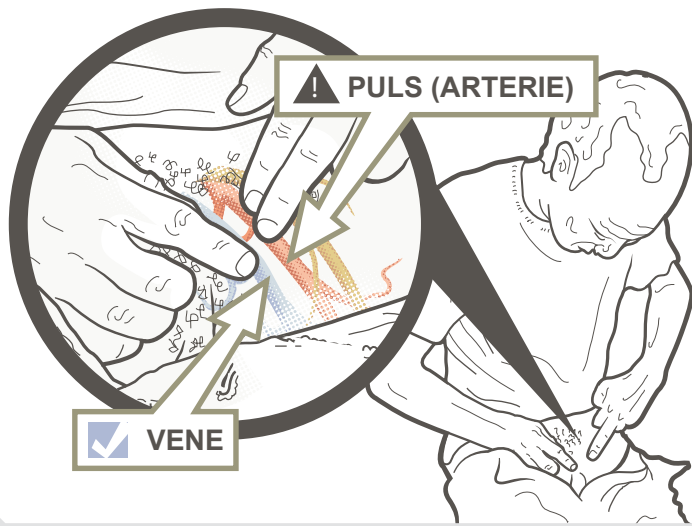


Die Gefahr eines Abszesses oder anderer Infektionen nimmt schon ab, wenn Du vor dem Konsum Hände und Einstichstelle mit Wasser und Seife wäschst! Selbst grobes Abwischen z.B. mit einem Akoholtupfer ist besser als nichts.

In Kürze...

- ☠ NIEMALS Utensilien teilen
- ✓ Nadel: so kurz wie möglich und so lang wie nötig
- ✓ Wasche Deine Hände und die Einstichstelle bevor Du injizierst





! PULS (ARTERIE)

✓ VENE

Vene vs. Arterie

Suche als erstes nach dem Pulsschlag im 'Leistenknick'.

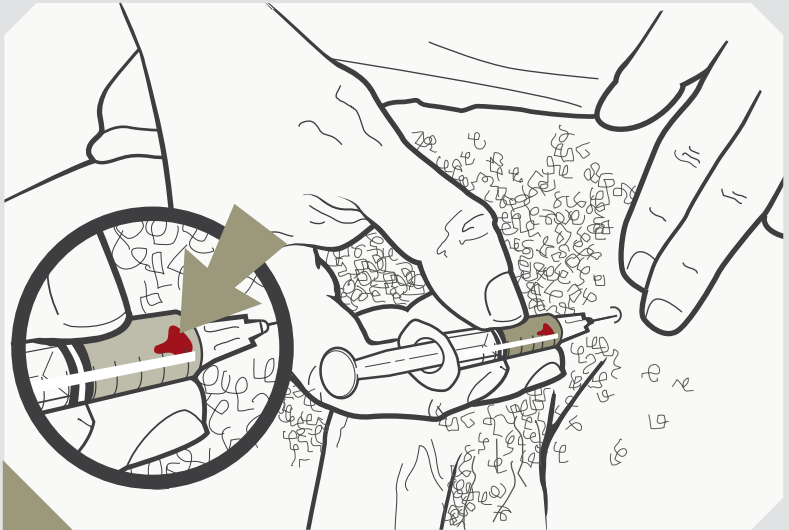
Wo Du ihn spürst liegt die Arterie- **hier darfst Du NIE injizieren!**

Leg den Finger über die Arterie, so kannst Du sie nicht versehentlich treffen.

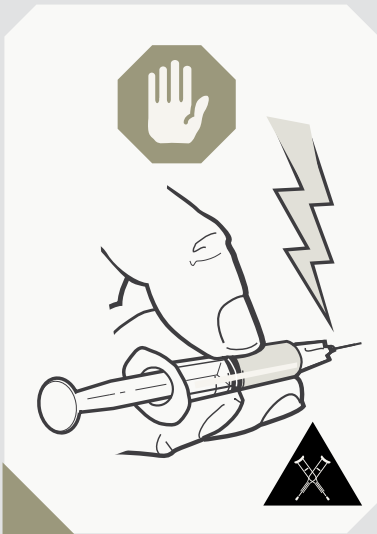
Die Leistenvene liegt neben der Arterie in Richtung Genitalien.



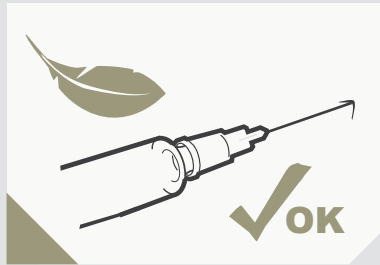
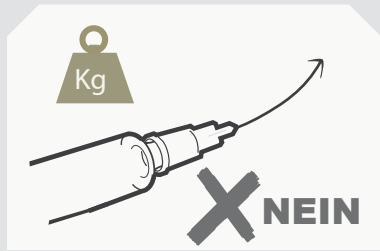
Es ist unmöglich die genaue Lage der Vene zu zeigen, da jeder Körper anders ist. Mit der Zeit wird bei Konsumenten eine Vernarbung an der Einstichstelle sichtbar, sodass sie sich daran orientieren können.



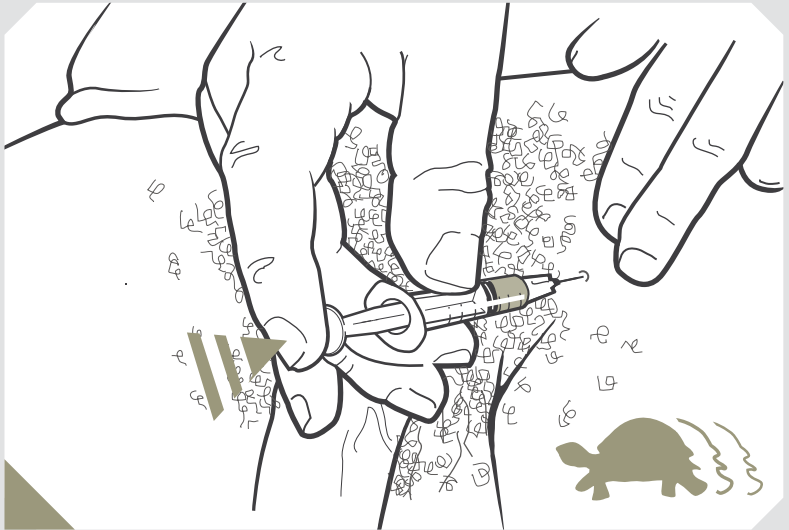
Führe die Nadel im rechten Winkel (90°) ein. Wenn Du die Vene getroffen hast, wird etwas dunkelrotes Blut in der Spritze sichtbar. Hast Du allerdings die Arterie getroffen, wird hellrotes Blut in der Spritze sichtbar.



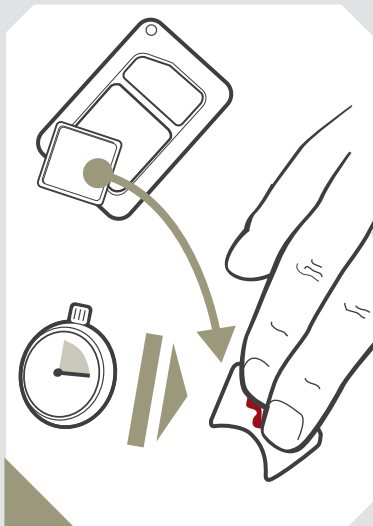
Stich langsam und vorsichtig ein.
Sobald Du Schmerzen spürst,
stoppe sofort, da Du Nerv oder
Arterie getroffen haben könntest!



Versuche es an anderer Stelle.
Übe auf keinen Fall zu viel Druck
aus, damit die Nadel nicht ver-
biegt und/oder abbricht.



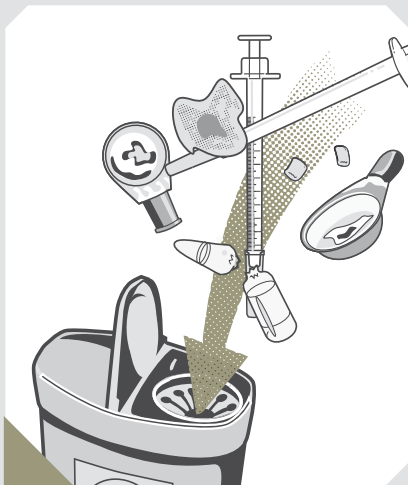
Zieh etwas Blut an, um sicher zu sein, dass Du in der Vene bist. Dann drück langsam ab, um die Nadel nicht 'herauszudrücken'. Nach dem Abdrücken ziehst Du die Nadel raus und drückst solange mit einem sauberen Tupfer auf die Einstichstelle, bis die Blutung aufhört.



Das kann lange dauern und i.d.R. verschließt sich die obere Hautschicht schneller als die darunter liegende Vene.



Auf keinen Fall mit Blut 'spülen' - das erhöht den Schaden an der Vene.



Entsorge Deine gebrauchten Utensilien in einem stichfesten Behälter.



Drogen und Zubehör **IMMER** außerhalb der Reichweite von Kindern und Nicht-Konsumenten aufbewahren.

In Kürze...

✓ Konsumiere langsam und vorsichtig
und stoppe bei Schmerzen sofort

✗ Nicht mit Blut spülen

✓ Bewahre Drogen und Zubehör
immer außerhalb der Reichweite
von Kindern auf





Risiken und Gefahren



Durchblutungsstörungen

In die Leiste zu injizieren, bedeutet eine enorme Belastung für alle Venen im Bein. Sie leiden massiv unter dem mehrmals täglichen Konsum.

Die meisten Schäden sind unsichtbar. Krampf-
adern und geschwollene Beine, die zu dünner
und juckender Haut führen, sind aber sichtbare
Zeichen, dass die Durchblutung gestört ist.



PFLEGETIPPS:

- 1. Nicht zu lange auf einer Stelle stehen*
- 2. Beine hochlegen*
- 3. Kleine Gymnastikübungen machen*

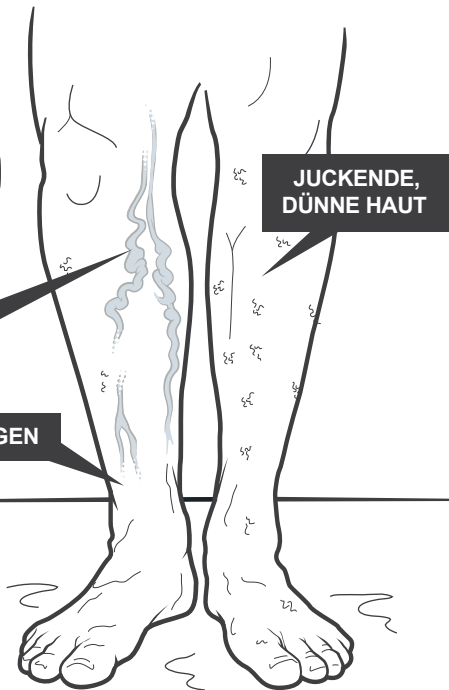
Die einzige Möglichkeit, Durchblutungsstörungen zu vermeiden, ist eine Alternative zum Leistenkonsum zu finden!



KRAMPFADERN

SCHWELLUNGEN

**JUCKENDE,
DÜNNE HAUT**





Blutgerinnsel

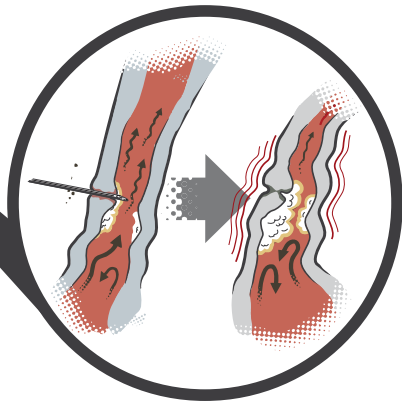
Die 'Tiefe Venenthrombose' TVT ist ein weit verbreitetes Problem bei Usern die in die Leiste spritzen. Durch Verengungen an den Einstichstellen kann es dazu kommen, dass sich Gerinnsel bilden. Wenn sich solche Gerinnsel lösen und in Herz oder Lunge wandern, kann dies zu einem Herz- oder Lungeninfarkt (Embolie) führen. Diese Infarkte enden nicht selten tödlich.



Eine TVT muss im Krankenhaus über längere Zeit behandelt werden. Wenn Du Brustschmerzen spürst und/oder an Atemlosigkeit leidest, solltest Du Dich umgehend in Behandlung begeben!

**KURZATMIGKEIT &
BRUSTSCHMERZEN**

**SCHMERZEN &
SCHWELLUNGEN**



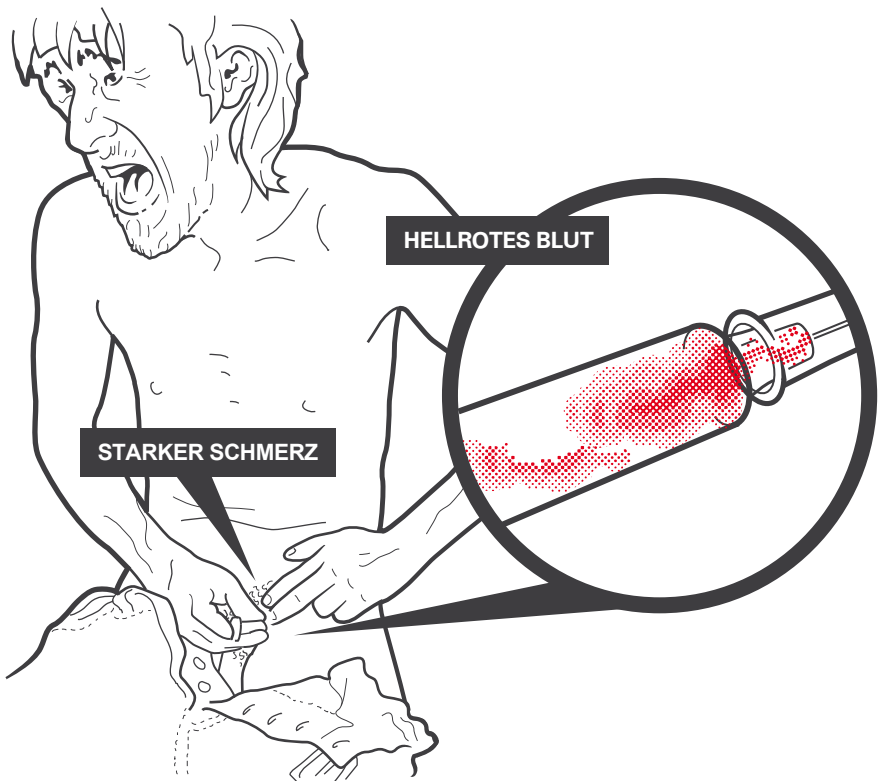


Was tun wenn die Arterie getroffen wurde

Die Leistenarterie liegt sehr nahe an der Vene, sodass Du sie leicht treffen kannst. Wenn Du versehentlich in die Arterie einstichst, spürst Du einen stechenden Schmerz und es wird hellrotes Blut in die Spritze gedrückt. Wenn Du die Arterie verletzt, kannst Du schlimmstenfalls dein Bein verlieren oder verbluten.



Drück auf keinen Fall ab, wenn Du die Arterie getroffen hast! Das wäre mit massiven Schmerzen und weiteren schlimmen Folgen verbunden. Wenn es stark aus der Arterie blutet, solltest du fest auf die Einstichstelle drücken, bis die Blutung nachlässt. Dann den Rettungsdienst mit 112 rufen!



HELLROTES BLUT

STARKER SCHMERZ

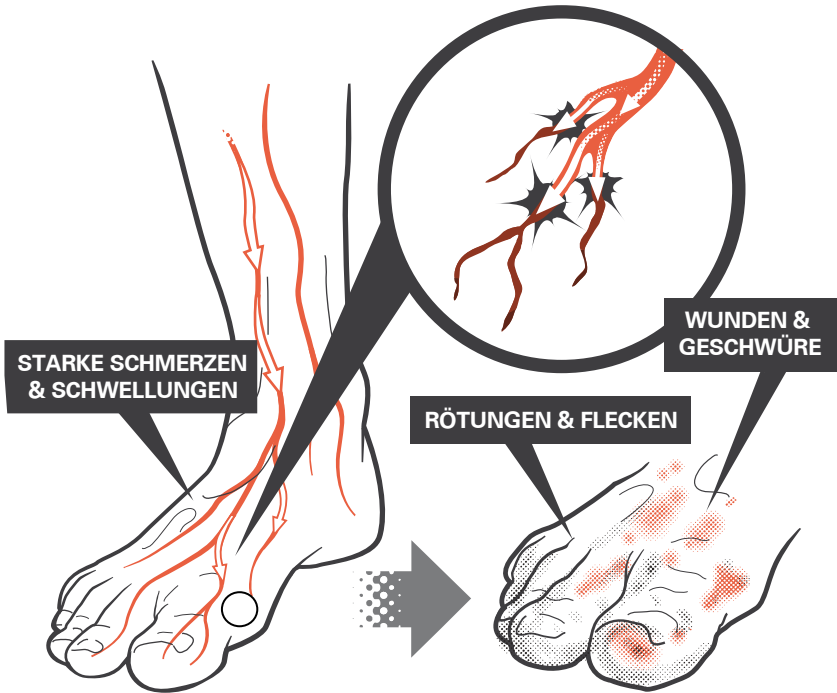


Arterien Blockade

Wenn Du versehentlich in die Arterie drückst können kleine Partikel oder Blutgerinnsel durch die Arterie bis in die feinsten Kapillargefäße gedrückt werden. Dort können sie die Blutversorgung von Teilen des Beines oder Fußes blockieren, indem sie die Arterien verschließen. Zeichen eines arteriellen Verschlusses sind Schwellungen, Schmerzen und Blässe des Beines.



*Ein arterieller Verschluss zieht **IMMER** eine schwierige und komplizierte Behandlung nach sich. Warte auf keinen Fall ab was passiert. Wenn Du Schmerzen hast oder nicht laufen kannst, ruf sofort einen Notarzt (112)!*



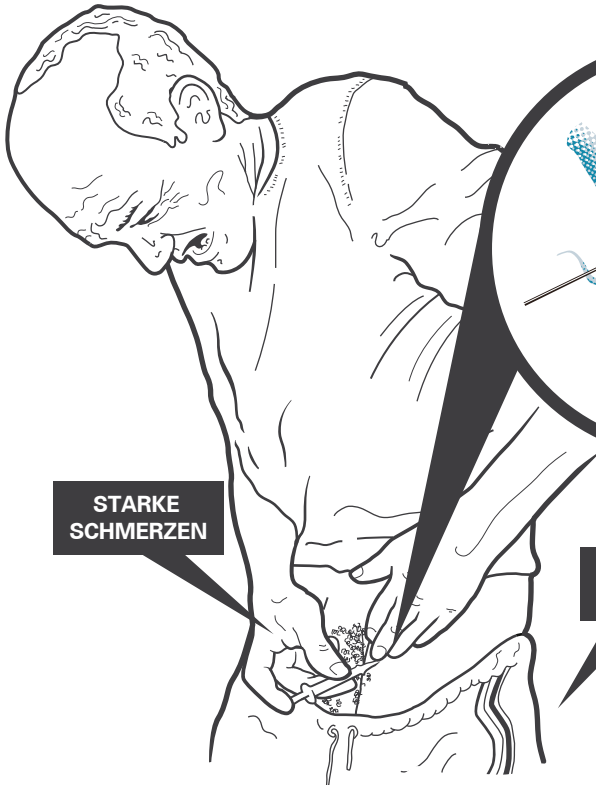


Was tun wenn der Nerv getroffen wurde

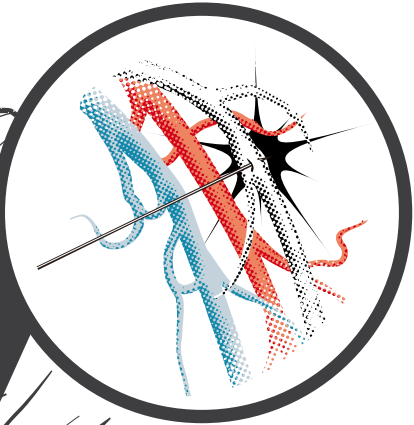
Der Nerv in der Leiste verläuft in unmittelbarer Nähe zur Vene. Daher besteht beim Leistenkonsum immer das Risiko, den Nerv zu treffen. Dies ist extrem schmerzhaft und kann massive Schäden wie Lähmungen/Taubheit zur Folge haben, die nicht mehr rückgängig zu machen sind.



Wenn Du den Nerv getroffen hast, zieh die Spritze so langsam wie nur möglich heraus. Wenn Du dabei mit der Nadel hin und her wackelst, kann sich der Schaden noch vergrößern.



**STARKE
SCHMERZEN**

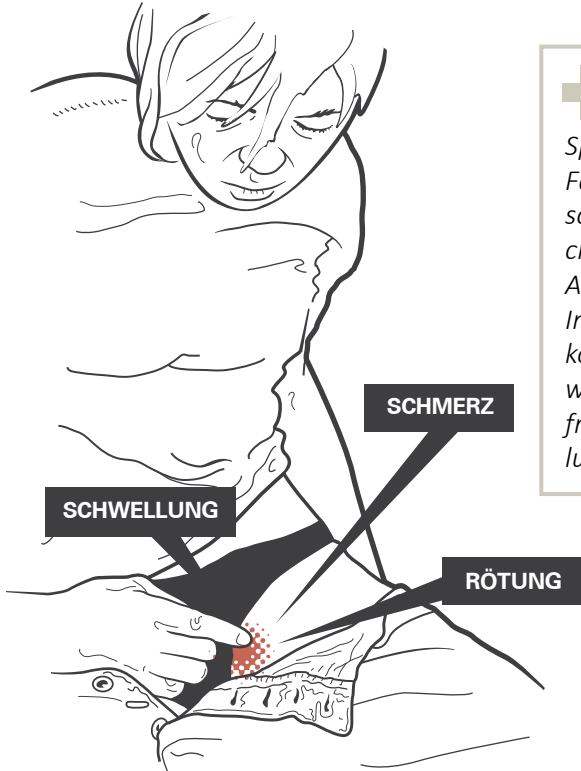


**TAUBHEITSGEFÜHLE
ODER LÄHMUNGEN**



Infektionen

Infektionen entstehen durch Bakterien, die unter die Haut geraten und von dort den Körper angreifen. In der Leiste wachsen Infektionen sehr schnell, da dort die Voraussetzungen (warm und feucht) ideal sind. Unbehandelt kann eine Entzündung in/an der Leiste sehr gefährlich werden. Die Leistenvene liegt so tief, dass es sehr schwierig ist eine Entzündung von außen zu erkennen. Achte deshalb auf Rötungen, Schwellungen und Druckempfindlichkeit an (oder in der Nähe) der Einstichstelle. Wenn aus der Einstichstelle Ausfluss und/oder Eiter austritt, solltest Du schnellstmöglich einen Arzt aufsuchen.



Spritze dann auf keinen Fall weiter in die Leiste, sondern such möglichst schnell einen Arzt auf. Die meisten Infektionen/Abszesse können gut behandelt werden, wenn Du Dich frühzeitig in Behandlung begibst.

Impressum

Herausgeber

JES Bundesverband e.V.
Wilhelmstr. 138, 10963 Berlin

Vorstand@jes-bundesverband.de
www.jes-bundesverband.de

JES Spendenkonto

DKB - Deutsche Kreditbank
IBAN: DE75 1203 0000 1008 3993 37
BIC: BYLADEM1001

Onlinebestellung

www.jes-bundesverband.de/medienshop
www.aidshilfe.de/shop



Aktualisierter Nachdruck
2022

Bearbeitung
Simon Kleimeyer (unearth.de)

Grafik und Konzept
Michael Linnell (Lifeline Publications)
Andrew Preston (Exchange Supplies)