

Signalen-ABC

Woord vooraf

Het signalen ABC is bedoeld als handvat voor zowel hulpverleners als ouder(s)/opvoeder(s). Het geeft de meest voorkomende signalen weer bij drugs en/of alcoholgebruik.

Het is belangrijk signalen op een juiste wijze te interpreteren en niet te laten leiden door vooringenomen conclusies. Het gevaar bestaat dat men gaat invullen wat men denkt te zien. Signaleer te allen tijden objectief en hou er rekening mee dat signalen die men waarneemt ook andere oorzaken zouden kunnen hebben.

In de praktijk blijkt het voor veel personen lastig te zijn om kleine signalen aan elkaar te koppelen, deze te interpreteren en actie te ondernemen. Drukke op de werkvloer of in het dagelijks leven, het kind niet willen afvallen of angst voor het onbekende kunnen redenen zijn van signalen (te) laat herkennen. Pas wanneer er overduidelijke signalen worden waargenomen vallen vaak de puzzelstukken in elkaar.

Om dit te voorkomen is het belangrijk om alert te zijn en te blijven. Niet alleen een handige hand-out met informatie of het opzoeken van websites is een must. Contact hebben en houden met de jongere is hierbij van essentieel belang. Het is belangrijk om als hulpverlener of ouder/verzorger regelmatig te praten met de opgroeiende jongere.

Bij opgroeien hoort ook het uitbreiden van de leefwereld. Een leefwereld waar het kind van leert, maar ook met risico's en verleidingen in contact wordt gebracht. Blijf op de hoogte waarmee de jongere wordt geconfronteerd.

Welke vrienden heeft hij/zij, wat is de rolverdeling in deze groep, is er een verandering in vriendengroep, waar is de jongere wanneer het niet thuis is, hoe zijn de prestaties op school, is de jongere beïnvloedbaar, altijd op zoek naar spanning en grenzen? Of is de jongere juist verlegen, timide of terug getrokken? Ook niet geheel onbelangrijk, hoe denkt de jongere zelf over bepaalde onderwerpen zoals roken, alcohol, drugs, grenzen en nieuwsgierigheid?

In de hand-out: '**Tips voor Ouders**' of '**Tips voor hulpverleners**' van Youz 'Vroegsignalering en Geïndiceerde Preventie', kunt u meer lezen over hoe u het gesprek kunt aangaan met de opgroeiende jongere.

Signalen-ABC

Opvallend (denk aan)

NB: De inhoud van dit document mag niet worden gekopieerd zonder toestemming van Youz.

Signalen	Middelen	Denk hierbij ook aan...
A		
Achterdocht	Stimulantia, alcohol, medicatie, cannabis.	Psychiatrische problematiek (zoals psychose).
Afvallen (in korte tijd)	Stimulantia of anabolen.	
Aluminiumfolie	Wordt gebruikt om cocaïne of heroïne op te roken, of hasj/wiet te verpakken.	
Agressie	Alcohol, cocaïne.	Psychiatrische problematiek (zoals antisociale persoonlijkheid).
Angsten	Gevolg van gebruik alcohol stimulantia, cannabis.	Gevolg van wanen (zie ook onder wanen).
Apathie	Cannabis, alcoholverslaving, medicatie, na periode van fors stimulantia gebruik, heroïne, GHB.	Psychiatrische problematiek (zoals depressie).
As (bijv. in luciferdoosje)	Wordt gebruikt bij basen/roken van cocaïne.	
B		
Black- out	Alcohol en cannabis.	
Bolletje(s)	Zijn plastic dicht gesealde bolletjes van plm. 1 cm. Bevatten meestal heroïne (voor gebruikers, om te bewaren).	Let op verwarring met verpakking voor bolletjesslikkers (om te vervoeren).
C		
Capsules	Mogelijk: MDMA, speed.	Pas na labtest duidelijk welk middel.
Confabuleren	Alcohol.	Betekenis: 'gaten' in het geheugen worden opgevuld met verhalen.
Concentratiestoornis	Cannabis, alcohol, stimulantia, medicatie.	Psychiatrische problematiek (zoals ADD, PDD-NOS) en gokken.
Craving	Cocaïne, base-coke, heroïne, alcohol, tabak, medicatie.	Betekenis: Hunkeren naar een stof.

D		
Depressie	Na fors stimulantia- gebruik, veelvuldig alcoholgebruik, cannabis, gokken.	Psychiatrische problematiek.
Dominantie	Cocaïne en alcohol.	
Druk doen	Meest bij stimulantia, ontremming na medicatie en alcohol.	Psychiatrische problematiek (Zoals ADHD).
Duf/ suf	Kater van alcohol, onder invloed van cannabis, heroïne, kalmeringsmiddelen, GHB en medicatie.	Uiterlijk kenmerk aan de oogleden.
Dwangmatige handelingen	Stimulantia.	Psychiatrische problematiek (zoals OBS, obsessief compulsieve stoornis).
E		
Eisend	Cocaïne en alcohol.	Zie dominantie.
Empathie	XTC.	Meer behoefte aan contact en intimiteit.
Emoties (vlak)	Cannabis, cocaïne, alcohol, kalmeringsmiddelen, GHB.	Psychiatrische problematiek (zoals depressie).
Emoties (lacherig)	Cannabis, alcohol	Bij cannabis genaamd lachkick.
Envelopje	Mogelijk cocaïne, speed.	Klein ongeveer 1,5 bij 4 cm, vetvrij papier, soms met opdruk ijsbeer, zeehond, wordt ook wel 'snowseal' of 'ponypack' genoemd.
Eten, veel.	Cannabis.	Genaamd vreetkick.
Eten, niet of nauwelijks	Heroïne, cocaïne, amfetamine, mogelijk bij overmatig gamen.	Psychiatrische problematiek (zoals anorexia).
Eufloor	Stimulantia, alcohol, heroïne, kalmeringsmiddelen.	Psychiatrische problematiek (zoals manische depressie).
G		
Geheugenstoornis	Cannabis, alcohol, heroïne.	
H		
Hartklachten	Stimulantia, tabak, alcohol, GHB.	
Hoofdpijn	Kater van alcohol, afkickverschijnselen en gamen/gokken.	

Hyperventilatie	Alcohol.	Psychiatrische problematiek (zoals angststoornissen).
I		
Impotentie	Alcohol, medicatie, heroïne, cocaïne, stimulantia.	Zie ook bij seks.
Irritatie	Cocaïne, alcohol, combinatie drank en medicatie.	Veel voorkomend bij afkicken.
Isolement	Gokken/gamen, alcoholgebruik, excessief blowen, overig druggebruik.	Mogelijk teken van verslaving.
J		
K		
Knikkebollen	Alcohol, heroïne, GHB.	Zie ook oogleden.
Krabben, zichzelf	Heroïne, cocaïne.	Psychiatrische problematiek (zoals wanen).
Kwalen	Alcohol, heroïne, medicatie, GHB, cannabis, cocaïne, speed, XTC.	Kwalen door slechte weerstand door drugsgebruik.
L		
Lichtschuwheid	Cannabis, cocaïne, amfetamine.	
Longklachten	Tabak, cannabis en basen van cocaïne.	
M		
Maagklachten	Alcohol.	
Misselijkheid	Alcohol, cannabis, heroïne, GHB.	Ook duidelijk terug te zien in afkickverschijnselen.
Moeheid	Na gebruik van cocaïne, amfetamine, XTC. Tijdens gebruik van alcohol, cannabis, GHB.	Hepatitis, groei bij pubers, burn-out of andere ziekten.
Monologen	Stimulantia.	Psychiatrische problematiek (psychose, schizofrenie).
Motoriek	Ongecontroleerde bewegingen: stimulantia. Verlies van coördinatie: medicatie, alcohol, cannabis, heroïne, GHB, ketamine.	Psychiatrische problemen (zoals autismespectrum).
N		
Neerslachtigheid	Na of tijdens alcohol, stimulantia of cannabisgebruik.	Psychiatrische problematiek (zoals depressie).
Nervositeit	Alcohol, stimulantia, slaap en kalmeringsmiddelen, heroïne, gokken/gamen.	Terug te zien bij afkickverschijnselen.

Neusklachten (loopneus, frequent neusophalen, bloedneuzen)	Cocaïne en speed (snuiven).	Gewone verkoudheid, allergie.
O		
Ongelukken	Alcohol, heroïne, medicatie, GHB, cannabis, cocaïne, speed, XTC.	Zie kwalen.
Onverzorgd	Heroïne, basen van cocaïne, alcohol en medicatie.	
Onrust	Alcohol, stimulantia, gamen.	Afkickverschijnsel bij slaap- en kalmeringsmiddelen, heroïne en gokken.
Onsamenhangend verhaal	Cannabis, medicatie, alcohol, GHB.	Bij verbergen van verslaving of verwardheid.
Ontremming in stemming	Alcohol, stimulantia en sommige kalmeringsmiddelen.	Psychiatrische problematiek (zoals ADHD).
Oogleden (hangend)	Heroïne, teveel medicatie, alcoholgebruik, cannabisgebruik, gamen.	Gewoon erg moe zijn.
Overschatting van eigen mogelijkheden	Speed, cocaïne, alcohol.	Psychiatrische problematiek (zoals wanen, psychose).
P		
Plastic sealzakje (s) met logo cannabisblad	Hasj of wiet.	
Plastic sealzakje (s) met wit of wit geel poeder	Cocaïne of speed.	Pas net labtest 100% zekerheid te geven.
Plastic sealzakje(s) met beige/lichtbruin poeder	Heroïne.	Pas na labtest 100% zekerheid te geven.
Pupillen (groot)	Cannabis, cocaïne, speed, XTC en medicatie.	Vooraf bij speed en XTC duidelijk zichtbaar.
Pupillen (klein)	Heroïne en soms medicatie.	
Pijpjes in vele soorten en maten.	Cannabis of base-coke.	Hier wordt soms ook een uit elkaar gehaalde pen voor gebruikt.
R		
Reactievermogen (traag)	Cannabis, alcohol, medicatie, GHB.	Psychiatrische problematiek (zoals ADD).
Reactievermogen (vlot)	Cocaïne, speed, XTC.	
Rode ogen	Cannabis en alcohol.	Net gehuild hebben.
S		
Schulden	Gokken en alle middelen	Bij verslaving en veel gebruik komen vaak schulden kijken.

Seks (veel zin)	Viagra, XTC, GHB, alcohol, cocaïne.	Vooral bij recreatief gebruik.
Seks (geen zin)	Alcohol, heroïne, cocaïne, medicatie.	Vooral bij chronisch en excessief gebruik.
Slapen (weinig tot niet)	Stimulantia, gamen en gokken.	Bij afkicken van heroïne.
Slapen (slecht, moeilijk)	Stimulantia, alcohol, GHB (moeilijk doorslapen), gokken en gamen.	Bij gewenning aan slaapmedicatie.
Slapen (veel)	Heroïne, cannabis en slaapmedicatie.	
Spierpijn	Soms na gebruik speed, XTC door spierspanning.	Tijdens afkicken heroïne.
Spierspanning	Tijdens gebruik stimulantia.	Vooral de kaken.
Stemmingswisseling (van onrust naar rust)	Alcohol, cannabis, heroïne, cocaïne, medicatie, tabak, GHB.	
Stemmingswisseling (van rust naar onrust)	Cocaïne, speed, amfetamine, XTC en medicatie.	Tijdens afkickproces en door craving naar een stof.
Stemmingsverandering tussen twee contacten	Kan voorkomen bij alle middelen.	
Spraak (veel en snel)	Stimulantia	
Spraak (traag met rasperige stem)	Heroïne.	
Spraak (rasperige, schorre klanken)	Alcohol, tabak en heroïne.	
Spraak (lallen)	Alcohol.	
Spijbelen	1 ^e dagen na het weekend: Alcohol, XTC, speed, cocaïne. Gehele week: cannabis.	Overige problemen bijv. in thuissituatie of psychiatrische problematiek.
Suïcide, neigingen tot	Alcohol en overige drugs. Gokken en gamen.	Psychiatrische problematiek (zoals depressie).
T		
Tandenknarsen	Stimulantia o.a. cocaïne, speed, XTC.	Nerveus zijn.
Tolerantie	Heroïne, alcohol, cocaïne, GHB, slaap en kalmeringsmiddelen.	Steeds vaker en grotere dosis gebruiken om het gewenste effect te voelen.
Traag	Cannabis, alcohol, GHB, medicatie en heroïne.	Zie ook motoriek en reactievermogen.
Trillen	Overmatig cafeïne of tabak gebruik	Onthoudingsverschijnsel alcohol en bijwerking bepaalde medicatie.

V		
Verwaarlozing	Alcohol, heroïne, medicatie en basen van cocaïne.	Kan optreden bij verslaving aan een middel of aan gamen en gokken.
Vergeetachtigheid	Cannabis, alcohol, GHB, heroïne.	
Verkouden, vaak	Cocaïne en speed.	
W		
Wanen	LSD, paddo's, cannabis (hallucinatie). Psychose : cannabis, alcohol, cocaïne, speed, heroïne, XTC.	Psychiatrische problematiek (psychose, schizofrenie) of middelen gerelateerde psychose.
Z		
Zoetigheid (behoefte aan..)	Heroïne en cannabis.	
Zweten	Alcohol, XTC, speed.	Afkicken van heroïne, alcohol, GHB.

Overige aanwijzingen

- lifestyle (vaag over hoe het dagelijks leven geleefd wordt, wat iemand in de vrije tijd doet)
- sociaal (isolement, bepaalde vrienden- of kennissenkring)
- relationeel (eenzaamheid, ruzies, kinderen onder toezicht of huis uit)
- financieel (schulden: zowel witte (lening, woningverhuurder, postorderbedrijf), grijze (lenen van naaste omgeving) als zwarte (dealers, medegebruikers) schulden)
- justitieel (variatie van boetes, taak- of werkstraf, korte of langere detentie)
- voorgeschiedenis (hulpverleningscontacten, thuissituatie, internaatleven, afgebroken opleidingen, geregeld ontslag, afgekeurd)
- familie (verslavingsgeschiedenis in familie)
- traumatische ervaringen (bijv. seksueel misbruik, scheiding, overlijden (groot-)ouder(s), oorlogssituatie)

Nb: een aantal signalen/herkenningspunten kan ook gerelateerd zijn aan psychiatrische stoornis, of door tijdelijk minder functioneren door andere oorzaken!

Over Youz

Youz biedt advies en behandeling voor jongeren tot 24 jaar in het omgaan met alcohol, drugs, gokken en gamen. Youz is er ook voor de omgeving van jongeren tot 24 jaar. Zij kunnen bij Youz terecht voor informatie, advies en hulp.

Youz bestaat uit een team van mensen met verschillende vakopleidingen. Denk bijvoorbeeld aan jeugdveldwerkers, gezondheidscoaches, psychologen, sportbegeleiders, artsen en een jeugdpsychiater.

Youz 'Vroegsignalering en Geïndiceerde Preventie'

Deze afdeling is een onderdeel van Youz en houdt zich bezig met de preventieve kant van onder andere; roken, alcohol, drugs, gamen, middelengebruik en verslaving.

Dit doet zij door het bieden van voorlichting, trainingen, advies en begeleiding aan iedereen die met jongeren te maken heeft, op de domeinen School, Vrije Tijd en Thuis.

Informatie

Bij vragen kunt u contact opnemen met de afdeling 'Vroegsignalering en Geïndiceerde Preventie' van Youz tel. 088-2303030 of stel uw vraag via info@youz.nl ter attentie van het team 'Vroegsignalering en Geïndiceerde Preventie'. Voor meer informatie kijk op: www.youz.nl.

Youz

Afdeling 'Vroegsignalering en Geïndiceerde Preventie'

Baan 176

3011 CG, Rotterdam

T. 088 2303030

I. www.youz.nl

Aanbevolen websites:

www.youz.nl

www.puberenco.nl

www.maakjekeus.nl

www.alcoholenik.nl

Ook interessant: www.hersenstichting.nl voor de brochure over het puberbrein