

CHEM FRIENDLY



chemfriendlynorge@chemfriendly.no  chemfriendly_norge  chemfriendly



**CHEM
FRIENDLY**



RUSOPPLYSNINGEN

Foto: Einar Hyndøy



Kokain

- Ikke bruk kokain hvis du har hjerteproblemer eller er arvelig belastet for hjertefeil.
- Ikke kombinér med MDMA, mefedron eller MAOI-er. Unngå helst også andre sentralstimulerende, inkludert koffein.
- Ikke kombinér GHB/GBL med kokain. Den korte virketiden gjør risikoen for GHB-overdose høyere enn ved kombinasjon med andre sentralstimulerende.
- Husk at kombinasjon med poppers kan være farlig for hjertet.
- Opplever du bryst smerter under eller etter bruk av kokain, skal du ringe 113.



MDMA

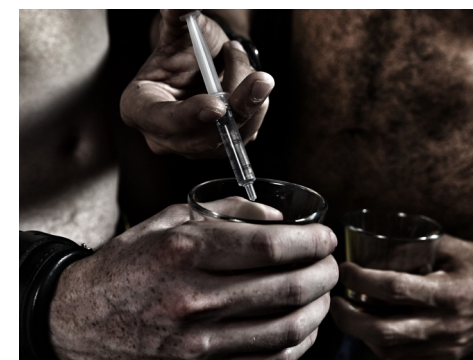
- Hvis du går på antidepressiva, vil MDMA ha liten effekt, men høye doser kan fortsatt være farlige. MAOI-er er livsfarlige å kombinere med MDMA.
- Unngå tabletter. Pulver/krystall gir mer kontroll over dose og innhold.
- Førstegangsbrukere bør ikke ta mer enn 75 milligram til å begynne med, og ingen bør trenge mer enn 125 milligram. De fleste får optimal rus av <100 milligram.
- Fyll på maks én gang med halvparten av første dose innen 90 minutter.
- Unngå overoppheting ved å justere beklledning, omgivelser og aktivitetsnivå.
- Unngå andre sentralstimulerende (inkludert koffein) hele kvelden, helst også alkohol.
- Husk at MDMA gjør det vanskeligere å merke at du har drukket for mye eller tatt for mye GHB/GBL. Vær spesielt bevisst på dette på nedturen.
- Få i deg salt når du drikker vann, og ikke drikk mye mer enn du svetter og urinerer.
- Bli du plutselig svært varm eller kvalm og får hallusinasjoner, bør du ringe 113.

Amfetamin/metamfetamin

- Unngå andre sentralstimulerende og MAOI-er, og vær også varsom med koffein.
- Vær svært varsom med amfetamin/metamfetamin ved betydelig søvnunderskudd.
- Husk at amfetamin/metamfetamin gjør det vanskeligere å merke at du har drukket for mye eller tatt for mye GHB/GBL. Vær spesielt bevisst på dette på nedturen.
- Hvis du ikke er i god fysisk form, bør du følge med på pulsen din i blant. Det er lett å overanstrenge seg når man har tatt amfetamin/metamfetamin.

Mefedron

- Hvis du går på antidepressiva, vil mefedron trolig ha liten effekt, men høye doser kan fortsatt være farlige. MAOI-er er livsfarlige å kombinere med mefedron.
- Unngå andre sentralstimulerende (inkludert koffein) hele kvelden, helst også alkohol.
- Få i deg salt når du drikker vann, og ikke drikk mye mer enn du svetter og urinerer.
- Vær svært varsom med mefedron ved betydelig søvnunderskudd.
- Husk at mefedron gjør det vanskeligere å merke at du har drukket for mye eller tatt for mye GHB/GBL. Vær spesielt bevisst på dette på nedturen.



GHB/GBL

- Ikke kombinér med alkohol, opioider eller benzodiazepiner. Dette er livsfarlig.
- Hvis du ikke vet hvor sterk blandingen er, bør du ikke ta mer enn 1 milliliter (GBL) eller 2 milliliter (GHB) til å begynne med. Dosér med medisinsprøyte, ikke kork.
- Hvis du fyller på, bør du ta samme dose som første annenhver time eller halvparten av første dose hver time. Bruk timer på mobilen, så du har kontroll på tiden.
- Husk at sentralstimulerende gjør det vanskeligere å merke om du har tatt for mye.
- Sørg for at vennene dine vet hvilke rusmidler du har tatt, i tilfelle du sovner.

Ketamin

- Ikke kombinér ketamin med alkohol eller GHB/GBL.
- Husk at ketamin gjør det vanskeligere å kjenne smerte/skader.
- Husk at høye doser kan gjøre det vanskelig å gå eller stå oppreist.
- Sørg for at vennene dine vet hvilke rusmidler du har tatt, i tilfelle "k-hole".

2C-B

- Dosér svært forsiktig. Marginen mellom festrus og full tripp er liten med 2C-B.
- Ikke kombinér 2C-B med cannabis med mindre du har mye erfaring med det.
- Hvis du kombinerer 2C-B med MDMA eller GHB/GBL, bør du dosere ekstra forsiktig.