

Wat is ‘harm reduction’?

Voorlichting over de risico's van drugsgebruik is een voorbeeld van een ‘harm reduction interventie’. ‘Harm reduction’ wordt gedefinieerd als het beleid, de programma's en de praktijk die als doelstelling hebben de negatieve gezondheidseffecten en sociale en economische effecten van het gebruik van legale en illegale middelen te verminderen, zonder het gebruik zelf te beperken.¹ Belangrijk om hierbij in het achterhoofd te houden is dat voorlichting over de risico's van drugsgebruik zich, als vorm van ‘harm reduction’, niet richt op het terugdringen van drugsgebruik. Daarnaast kunnen er een aantal consequenties zitten aan de inzet op veilig gebruik door middel van voorlichting over de risico's van middelengebruik.

Mogelijke nadelige consequenties van inzet op veilig gebruik

Ten eerste stimuleert voorlichting wel gezonder gedrag, maar informeert het niet over het ‘gezondst’ mogelijke gedrag, waardoor de aanpak van het gezondheidsprobleem niet optimaal is.²

Ten tweede kan voorlichting over de risico's van middelengebruik het tegenovergestelde effect als gevolg hebben. Het is mogelijk dat het aanzet tot gebruik of tot meer risicovol gebruik. Een hoge risicoperceptie is in het algemeen een beschermende factor voor drugsgebruik. Drugspreventie richt zich vaak op het verhogen van deze risicoperceptie door het benoemen van de risico's van gebruik en hoe je deze kunt verkleinen. Het kan zo zijn dat de risicoperceptie verlaagd wordt nadat een gebruiker actie heeft ondernomen om het gezondheidsrisico te verkleinen. Wanneer in de voorlichting bijvoorbeeld geadviseerd wordt om naar een chill-out-ruimte te gaan wanneer je MDMA hebt gebruikt, kan de persoonlijke risicoperceptie van deze gebruiker dalen. Een lage risicoperceptie is in verband gebracht met een stijging in het drugsgebruik. Een belangrijke groep waarmee rekening moet worden gehouden zijn de mensen voor wie de interventie niet bedoeld is (niet-doelgroep). Voorlichting kan de niet-doelgroep nieuwsgierig maken en op een idee brengen. Extra kwetsbare groepen zijn bijvoorbeeld niet-gebruikende festivalgangers die blootgesteld worden aan posters over drugsgebruik, terwijl de beschikbaarheid van drugs op dat festival erg groot is. Ook pubers die wat vaker experimenteren zullen informatie over drugs met extra interesse volgen. Voorlichtingsmaterialen moeten daarom zo veel mogelijk uit de buurt van de niet-doelgroep en in het bijzonder kwetsbare groepen gehouden worden. Er moet goed worden nagedacht over hoe en waar de implementatie plaatsvindt.

Ook bij het testen van drugs is het belangrijk om na te denken over de gevolgen die hieraan vast kunnen zitten. Inzet op alleen het testen van drugs, met als doel veilig gebruik, heeft weinig zin. Door het testen van drugs wordt duidelijk welke stoffen er in de drug zitten en hoe sterk deze zijn, maar de risico's van drugsgebruik worden bepaald aan de hand van meer factoren. Een hulpmiddel hierbij is het drug, set, setting model van Zinnberg.³ Dit model toont aan waarom ieder individu zo uiteenlopend kan reageren op drugs. De eerste factor is de drug: Hierbij gaat het om de farmacologische eigenschappen en de werking van de drug zelf. Er zijn

¹ International Harm Reduction Association. What is harm reduction? A position statement from the international harm reduction association. London: IHRA; 2010.

² <https://link.springer.com/article/10.1007/s12508-020-00250-2>

³ <https://www.trimbos.nl/wp-content/uploads/2023/06/AF2073-Drugspreventie-bij-jongeren-en-jongvolwassenen.pdf>

veel verschillende soorten drugs in omloop. Daarnaast gaat het ook over frequentie van gebruik, dosering, zuiverheid van het middel en het combineren van verschillende drugs. Dit laatste geeft extra kans op complicaties en onvoorspelbare gezondheidseffecten. De tweede factor is de set: dit gaat over de persoonlijkheidskenmerken van een individu. Denk aan persoonlijke risicofactoren zoals leeftijd, persoonlijkheidskenmerken en geslacht. Jongeren en jongvolwassenen lopen vanwege hun leeftijd een hoger risico op (problematisch) gebruik. Daarnaast vergroten persoonlijkheidskenmerken zoals een hoge mate van impulsiviteit en het zoeken van sensatie de kans dat jongeren gaan gebruiken. De laatste factor uit het model gaat over de setting. Het gaat onder meer over de sociale omgeving. Bijvoorbeeld met wie wordt er gebruikt, wie zijn de vrienden en hoe is de relatie met de ouders? Daarnaast gaat het ook over kenmerken in de fysieke omgeving zoals de omgeving waarin iemand gebruikt (drukke, hygiëne, temperatuur) alsmede de maatschappelijke omgeving (overheidsbeleid, toezicht, handhaving, toegang tot zorg). Met het testen van drugs worden de risico's dus nooit helemaal geëlimineerd.

Mogelijke positieve effecten van inzet op veilig gebruik

Naast bovenstaande negatieve consequenties, kan de inzet op veilig gebruik ook positieve effecten met zich meebrengen. Met voorlichting kan geprobeerd worden om gebruik te voorkomen, gebruik uit te stellen of de risico's van gebruik te beperken. In een vroeg stadium signaleren van problemen kan voorkomen dat problemen uit de hand lopen.⁴ Het is hierbij verstandig om specifiek te kijken naar de effecten van concrete onderbouwde interventies die zich richten op veilig gebruik. Een voorbeeld van een onderbouwde interventie is Unity. Deze interventie richt zich op de preventie van riskant alcohol- en ander druggebruik door bezoekers van dance-evenementen. Het hoofddoel is dat bezoekers van dance-evenementen, die (de intentie hebben om) alcohol en/of andere drugs (te) gebruiken, risico verminderende strategieën toepassen om de risico's die met dit gebruik gepaard gaan zoveel mogelijk te beperken.⁵ Voor bijna alle illegale middelen geldt dat een ruime meerderheid de middelen niet vaker dan een paar keer per jaar gebruikt. Het gaat binnen deze specifieke doelgroep dus met name om zogenaamde 'gelegenhedsgebruikers' (Monshouwer et.al. 2021). De bezoekers van deze feesten en festivals zijn dan ook vooral een risicogroep als het gaat om acute middelen gerelateerde gezondheidsklachten en daarmee een belangrijke doelgroep voor preventie. Het is van belang dat de voorlichting relevant is voor de doelgroep en goed aansluit bij hun eigen overtuigingen. Het betrekken van getrainde peer educators, afkomstig uit dezelfde cultuur, bij de ontwikkeling van materialen en bij de keuze van de vorm en uitvoering van interventies zorgt voor aansluiting bij de doelgroep. Dit leidt tot een relevante boodschap en grotere kans op overtuiging en het beter onthouden van de boodschap. Ze worden daarnaast gezien als een betrouwbare afzender. Hoewel veel informatie over effecten, dosering en risico's beschikbaar is via instanties zoals preventieafdelingen en kennisinstituten zoals het Trimbos, geven beginnende gebruikers vaak de voorkeur aan informatie van leeftijdsgenoten.

⁴ <https://www.jellinek.nl/vraag-antwoord/hoe-kun-je-aan-drugspreventie-doen/>

⁵ <https://www.nji.nl/uploads/2024-03/Uitgebreide-beschrijving-Unity.pdf>