

CHEMSEX



Was ist überhaupt Chemsex?

Mit dem Begriff Chemsex ist Sex unter Einfluss von chemischen Substanzen, sogenannten Chems, gemeint. Im Vordergrund steht meist das Bedürfnis nach gesteigerter sexueller Enthemmtheit und Intensität.

Chems werden unterschiedlich konsumiert (rauchen, sniffen, im Getränk,...), werden sie intravenös verabreicht, spricht man auch von Slamming oder Slamsex.

Häufig in diesem Kontext eingenommene Substanzen sind GHB/GBL (auch „G“ oder „liquid ecstasy“), Metamphetamin („Crystal Meth“ oder auch „Tina“), Mephedron oder Ketamin. Manche Substanzen sind hochgradig suchterzeugend und leicht überdosierbar.

Auf dem Schwarzmarkt werden immer wieder neue psychoaktive Substanzen angeboten, viele sind Mischpräparate mit ganz unterschiedlichen Dosierungen der einzelnen Inhaltsstoffe. Teils sind sie auch mit giftigen anderen Substanzen gestreckt oder beinhalten unbekannte Wirkstoffe.

Daher ist oft nicht vorherzusagen, womit man es genau zu tun hat und welche Wirkungen oder Nebenwirkungen zu erwarten sind.



Was machen diese Chems mit mir?

Die genannten Substanzen können teilweise deine Stimmung heben, dann aber beim Nachlassen der Wirkung auch zu depressiven Episoden und sogar Psychosen führen.

Durch die Substanzeinnahme fühlt man sich oft hemmungsloser, weniger schmerzempfindlich und risikobereiter. Eventuell probierst du dann härtere Praktiken aus, die für dich ohne Chems Tabu wären, hast längeren Sex, oder auch mit mehr Personen als sonst.

Generell nimmst du deine Umwelt und deine Emotionen im Rausch oft intensiver wahr, wobei nicht immer vorherzusagen ist, ob sich das positiv oder negativ auswirkt.

Einerseits kann diese gesteigerte Wahrnehmung dazu führen, dass du dich freier, selbstbewusster oder akzeptierter fühlst und manches abenteuerlicher erlebst.

Andererseits können aber auch Ängste hervorgerufen oder verstärkt werden und Unsicherheiten oder Wahnvorstellungen auftreten. Und du kannst die Kontrolle verlieren und möglicherweise keinen selbstständigen Einfluss mehr auf die Situation haben.



Und wie sieht's mit sonstigen Risiken aus?

Neben den Risiken, die der Drogenkonsum selbst mit sich bringt (also psychische oder körperliche Abhängigkeit oder mögliche Gesundheitsschäden durch Überdosierungen), besteht auch ein erhöhtes Risiko für eine Infektion mit sexuell übertragbaren Erkrankungen. Denn härterer, längerer Sex führt leichter zu Verletzungen (z.B. im Analbereich: Darmrisse). Und es kommt unter Einfluss von Chems wesentlich häufiger zu ungeschütztem Geschlechtsverkehr.

Das erhöht die Wahrscheinlichkeit für die Übertragung von HIV und Hepatitis oder anderen Infektionen wie Syphilis, Tripper oder Chlamydien. Werden Substanzen intravenös verabreicht, stellt das gemeinsame Verwenden von Injektionsnadeln („needle-sharing“) ein weiteres, hohes Risiko für die Übertragung von HIV und Hepatitis dar.

Ein anderes Risiko sind sogenannte Wechselwirkungen. Nicht alle Substanzen können einfach miteinander kombiniert werden.

So ist z.B. besonders die Kombination von GHB und Alkohol gefährlich und sollte auf jeden Fall vermieden werden, da sie im schlimmsten Fall tödlich enden kann.



Wie sieht's mit meiner HIV-Therapie aus?

Problematisch ist, dass es auch zwischen HIV-Medikamenten und Chems Wechselwirkungen geben kann. Dadurch können verschiedene Substanzen stärker oder länger wirken. Umgekehrt kann die Wirksamkeit der HIV-Medikamente verstärkt (kann Nebenwirkungen erzeugen) oder abgeschwächt werden und die notwendige Effektivität verlieren.

Durch ein oftmals völlig verändertes Zeitgefühl über Tage hinweg, vergessen manche überhaupt auf die Einnahme ihrer HIV-Medikamente, was zu sogenannten Resistenzen und damit zum Therapieversagen führen kann.

Im Rahmen von Chemsex-Partys werden zusätzlich oft potenzsteigernde Mittel eingenommen. Auch diese können Wechselwirkungen mit HIV-Medikamenten oder Chems mit sich bringen, was beispielsweise mit drastischen Blutdruckabfällen einhergehen und unter Umständen bis zu Ohnmacht oder sogar zum Herzstillstand führen kann. (z.B. sollte auf jeden Fall die Kombination von Potenzmitteln und Poppers vermieden werden.)



Kann ich Risiken reduzieren?

Die Einnahme von Chems ist immer mit einem gewissen Risiko verbunden. Wenn du Chems einnimmst, sollte jemand bei dir sein, dem du vertraust. Es ist sinnvoll, dass die Person weiß was du zu dir nimmst, damit es noch jemanden gibt, der auf dich achtet und im Ernstfall auch Hilfe holen kann.

Um unerwünschte Wirkungen zu vermeiden, ist es ratsam, möglichst geringe Dosen einzunehmen und nicht zu schnell und unkontrolliert „nachzulegen“.

Außerdem solltest du darauf achten ausreichend Wasser zu trinken, da man unter dem Einfluss von Chems wesentlich stärker schwitzt und du leichter dehydrieren kannst. Um eine Toleranzentwicklung (und die Notwendigkeit von immer höheren Dosen) zu vermeiden, sind mehrwöchige Pausen nach Einnahme ratsam.

Achte darauf, auf entsprechenden Partys immer genügend Kondome und Gleitgel (und bei Bedarf Handschuhe) dabei zu haben. Und falls du auch Slamming betreibst, verwende nur deine eigenen sterilen Nadeln und Spritzen.

Weitere Infos?

Wenn du mehr zum Thema Chemsex wissen möchtest, sprich mit den ÄrztInnen deines Vertrauens darüber. Sie können mögliche gesundheitliche Risiken und auch mögliche Wechselwirkungen, z.B. mit einer HIV-Therapie, mit dir abklären.

Wenn du besorgt bist, dass der Substanzgebrauch deiner Gesundheit schaden kann oder du das Gefühl hast, die Kontrolle über deinen Substanzkonsum zu verlieren, können sie dich unterstützen, die passende Hilfe an richtiger Stelle zu bekommen.

Auch die AIDS-Hilfen bieten dir gerne Beratung und Unterstützung an. Viele weitere Informationen zu Substanzgebrauch bieten dir z.B. die Beratungsstelle checkit! oder die Suchthilfe Wien (hier gibt es auch eine HIV-Sprechstunde). Und wenn Du Fragen zum queeren Leben und queerer Sexualität hast, kannst Du Dich z.B. an die Beratungsstelle COURAGE wenden.

Die AIDS-Hilfen
Österreichs



Mit freundlicher Unterstützung von



WORKING ON BEHALF OF
ViiV HEALTHCARE IN HIV

Text: Dr. Michael Meilinger und Mag. Birgit Leichsenring; 2017

Layout: Gerd Picher

AT/HIV/0011/17/Mai 2017



Du möchtest Infos, Beratung oder Betreuung zu Themen wie z.B.:

- HIV und HIV-Therapie
- STDs und sexuelle Gesundheit
- Konsum von (Freizeit-) Drogen
- ChemSex
- queeres Leben und queere Sexualität

Folgende Adressen könnten für Dich interessant sein:

- HIV-Behandlungszentren und niedergelassene ÄrztInnen
www.aidsgesellschaft.info
www.oegnae-hiv.at
 - Suchthilfe Wien
www.suchthilfe.wien
 - AIDS-Hilfen Österreichs
www.aidshilfen.at
 - Beratungsstelle checkit!
www.checkit.wien
 - Beratungsstelle COURAGE
www.courage-beratung.at
- 