INFOFICHE



vapen

Omgaan met cannabisvapes. Handvatten voor het onderwijs.

Vapen zit in de lift in Vlaanderen, zeker onder jongeren. Ook het vapen van psychoactieve, voornamelijk cannabisachtige stoffen neemt toe. Deze handvatten gaan uitsluitend over het vapen van cannabisachtige stoffen. Het vapen van andere psychoactieve stoffen komt veel minder vaak voor. Voor info over het vapen van nicotineproducten verwijzen we naar https://www.gezondleven.be/themas/tabak/e-sigaret.

Deze handvatten richten zich tot scholen. Ben je CLB'er? Neem dan eens een kijkje in de handvatten over cannabisvapes voor jeugdprofessionals.

VAD voerde recent een bevraging uit onder professionals die in contact komen met jongeren. Daaruit bleek dat vapes met psychoactieve stoffen vooral gebruikt worden door 15 tot 18-jarigen in een stedelijke context. Het gebruik vindt meestal plaats in de omgeving van parken, pleinen en scholen.

Als school is het niet evident om correct om te gaan met dit nieuw fenomeen. Zo is het vrijwel onmogelijk om een onderscheid te maken tussen een gewone vape en een cannabisvape. De kenmerkende cannabisgeur die vrijkomt bij het roken van een joint, ontbreekt bij cannabisvapes. Cannabisvapes en het gebruik ervan zijn daarom moeilijk te herkennen, tenzij de leerling duidelijk onder invloed is. Vaak is het ook voor de jongeren niet duidelijk welke stoffen juist in de cannabisvape zitten en in welke dosering, waardoor de effecten onvoorspelbaar zijn.

Wat zijn cannabisvapes?

Cannabis-vapepennen, ook bekend als 'vapes' of 'e-joints', zijn draagbare apparaten die zijn ontworpen om cannabisoliën of -concentraten te verdampen en inhaleren. Deze vapes bestaan uit verschillende componenten, waaronder een batterij, een verhittingskamer en een cartridge of tank. Sommige vapes zijn volledig kant-en-klare wegwerpvapes. Bij andere modellen moet de cartridge of tank (opnieuw) gevuld worden.

Cannabisvapes zijn compact, eenvoudig te gebruiken en gemakkelijk door te geven. Aangezien de vapes klein zijn en vaak niet naar cannabis ruiken of smaken, zijn ze discreet. Ze kunnen dus gemakkelijk worden gebruikt, zonder omstaanders de indruk te geven dat het om cannabisachtige stoffen gaat. Ze worden vooral via vrienden, webshops en dealers aangekocht. Eens de cannabisvape is aangekocht, is deze goedkoper in gebruik dan cannabis in de vorm van een joint.

Cannabisvapes kunnen verschillende cannabisproducten bevatten:

- Stoffen die van nature voorkomen in cannabis, zoals delta-9-THC en CBD.
- Half synthetische stoffen, zoals HHC, THC-P, delta-8-THC, delta-10-THC, en delta-11-THC.
- Synthetische stoffen, zoals MDMB-4en-PINACA, JWH-018 en AM-2201. Deze stoffen komen niet van nature voor in cannabisplanten en zijn vaak sterker dan natuurlijke cannabis. Dit brengt meer risico's met zich mee en een verhoogd verslavingspotentieel. De synthetische cannabisvapes vormen een minderheid van alle cannabisvapes.

Effecten

De effecten van cannabisvapes zijn vergelijkbaar met die van andere vormen van cannabis. Cannabisgebruik kan verschillende effecten hebben, afhankelijk van factoren zoals de soort cannabis, de concentratie van THC of andere cannabinoïden, de hoeveelheid en de manier van gebruik. Ook gemoedstoestand, verwachtingen, metabolisme en eerdere ervaringen spelen mee. Volgende effecten zijn mogelijk:

- Versterken van aanwezige stemmingen
- Lichte verdoving
- Verhoogde hartslag & versnelde ademhaling
- Verhoogde gevoeligheid voor licht
- Sterker hongergevoel
- Verandering van tijds- en ruimtebeleving
- Intensere zintuigelijke ervaringen

Met een vape komen cannabinoïden snel in de bloedbaan terecht. Daardoor treden de effecten snel op, meestal binnen enkele seconden tot enkele minuten. Deze effecten kunnen blijven toenemen tot een half uur nadat het gebruik is gestopt. Bij vapes met THC- of HHC-achtige stoffen kunnen psychoactieve effecten optreden, zoals verhoogde euforie, ontspanning, veranderde perceptie en versterkte zintuiglijke waarneming. Ook milde paranoia of angst kunnen voorkomen, vooral bij hogere doseringen of bij mensen met weinig of geen ervaring. Vapes met CBD richten zich meer op ontspanning, pijnverlichting en angstvermindering, zonder de psychoactieve effecten van THC.

Risico's

Cannabisvapes gebruiken brengt **risico's** met zich mee, **die eigen zijn aan cannabis**. Deze risico's zijn dus niet zo verschillend van die bij andere vormen van cannabisgebruik. Bijwerkingen zijn mogelijk, zeker bij hoge doseringen of bij mensen met weinig of geen ervaring. Wie nog geen 18 is en al frequent cannabis gebruikt, heeft een grotere kans op cognitieve stoornissen (verminderde verstandelijke mogelijkheden), ongewenste psychische bijwerkingen (angstaanvallen, paranoia en psychose), verminderde schoolprestaties, schooluitval en cannabisverslaving.

Andere **risico's** houden verband **met het vapen** op zich. Op korte en middellange termijn houdt vapen duidelijk minder gezondheidsrisico's in dan het roken van joints. Dat komt omdat er bij vapen geen tabak of marihuana wordt verbrand. Over de effecten en de toxiciteit van de damp van cannabisvapes op lange termijn is momenteel nog onvoldoende geweten.

Sommige **risico's** houden verband **met de toevoeging van cannabinoïden aan de vapevloeistof**. Soms bevatten cannabisvapeproducten verontreinigingen, zijn ze niet correct gelabeld of heel hooggedoseerd. Daardoor kan het moeilijk in te schatten zijn wat en hoe zwaar de effecten gaan zijn. Dit kan leiden tot een bad trip of in extreme gevallen een psychose.

Daarnaast bestaat ook het **risico** dat cannabisvapes gebruikt worden als **coping**: om om te gaan met stress, negatieve gevoelens, lastige situaties … Dit vergroot de kans op afhankelijkheid. Het kan ook invloed hebben op het functioneren in allerlei levensdomeinen, zoals de prestaties op school, vrijetijd (b.v. minder zin om te sporten), connectie met de ouders …

Tot slot kunnen **juridische en sociale consequenties** ontstaan, aangezien cannabis en afgeleiden in België illegaal zijn.

Wet- en regelgeving

Het gebruik, de verkoop, het bezit en de productie van cannabis en cannabisproducten zijn illegaal. Zowel cannabis-vapepennen als cartridges met cannabisachtige stoffen vallen onder dit verbod. Meer info over de cannabiswetgeving vind je hier.

Op school

Sinds 1 september 2008 is er een algemeen rookverbod van kracht in scholen. En sinds het schooljaar 2018-2019 geldt er de klok rond een algemeen wettelijk rookverbod op en rond het hele schooldomein. Vapen valt ook onder dit wettelijk rookverbod op school. In alle gevallen waar het rookverbod op school geldt, is vapen dus ook verboden. Het gebruik van vapes op school zou moeten opgenomen zijn in het schoolreglement. Als een leerling vapet op school, zal de vape in de meeste gevallen dus in beslag genomen worden. Nadien kunnen de ouders de vape ophalen op het secretariaat. Scholen kunnen ook een stap verder gaan door in het reglement op te nemen dat leerlingen niet zichtbaar in het bezit mogen zijn van vapes. Vapes mogen dan niet zichtbaar zijn in de boekentas, achterzak, pennenzak, lockers, kleding of andere eigendommen van de leerlingen.

Hoe cannabisvapes herkennen?

Het is moeilijk te achterhalen of een vape cannabisachtige stoffen bevat. In sommige gevallen staat er een cannabisblad of het woord cannabis op de vape of de verpakking. De belangrijkste indicatie is het effect dat de vape heeft op de leerling. Signalen kunnen zijn: zich misselijk of duizelig voelen, vertraagde reactie, lacherig zijn, rode ogen, hangende oogleden, angstig zijn … Indien het om een vermoeden gaat, kan je best focussen op het functioneren van de leerling binnen de school en op die manier het gesprek met de leerling aangaan. Je hoeft niet te wachten tot je een concreet bewijs hebt dat het om een cannabisvape gaat. Het belangrijkste is het in gesprek gaan met de leerling over zijn gedrag en functioneren.

Hoe ga je als school om met cannabisvapes?

Do's

- Voorzie **duidelijke en consequente regels** over tabak, cannabis en vapen. Deze regels zijn best controleerbaar. Communiceer ze duidelijk. Idealiter maken deze regels deel uit van een DOS (Drugbeleid Op School). Heb je nog geen DOS? Je kan beroep doen op een preventiewerker om je beleid te ontwikkelen of up te daten. Vind een preventiewerker via deze doorverwijsgids.

- Als je middelengebruik vaststelt of vermoedt, is het drugbeleid op school je eerste ondersteuning om op terug te vallen. **Het maakt geen verschil of het nu om een cannabisvape of een joint gaat**.

- Zorg ervoor dat middelengebruik bespreekbaar is op school. Een **open basishouding** en een vertrouwensrelatie met de leerlingen zorgen ervoor dat leerlingen zich veilig genoeg voelen om advies of hulp te vragen indien nodig.

- Zorg dat leerkrachten **signalen van gebruik kunnen herkennen**. Als ze weten waarop te letten, komen subtiele veranderingen sneller aan het licht. Vervolgens kunnen die signalen gedeeld worden op het daartoe voorziene overleg. Als er meerdere signalen zijn, is het van belang ze te bespreken met de leerling, conform de interne afspraken.

- Bij gebruik van cannabisvapes zijn de effecten vaak moeilijk in te schatten. Soms onderschatten mensen het effect, gebruiken ze te veel of is het effect anders dan verwacht. Dergelijke negatieve effecten zijn onverwacht en kunnen hard aankomen. De leerling **geruststellen en goed opvangen primeert** in zo'n geval. Ga een leerling die onder invloed is dus zeker niet veroordelen, straf geven, uithoren ...

- Schat het probleem juist in en **vermijd paniekreacties**. Vergaar discreet informatie. Wie gebruikt? Gaat het om één jongere of een groepje jongeren? Situeert het gebruik zich binnen een of meerdere klasgroepen? Waar wordt gebruikt? Wordt het gebruikt in de school of op het openbaar domein? Is de situatie acuut problematisch, zoals bij intoxicaties, dealen binnen de school, gevaar voor betrokkenen ...?

- **Efficiënte communicatie**: Bij nieuwe fenomenen zoals cannabisvapes, is het belangrijk de informatie over deze producten en fenomenen alleen te verspreiden naar noodzakelijke betrokkenen en stakeholders. Denk bijvoorbeeld aan de jongeren die cannabis vapen en hun ouders, het lerarenkorps, de preventiewerkers, en indien echt nodig de politie. Naar leerlingen toe communiceer je dus best op een heel selectieve manier: enkel wanneer je zeker weet dat het gebruik aanwezig is in de leefwereld van deze jongeren. Bij andere jongeren kan het namelijk net interesse opwekken en cannabisvapes of het gebruik ervan normaliseren.

- Als je het gevoel hebt dat het probleem zich ook op andere plekken voordoet (andere scholen in de buurt, plekken of organisaties waar de leerlingen van jouw school komen ...), dan kan je met deze organisaties in overleg gaan. Indien nodig kan actie ondernomen worden om het fenomeen **breder aan te pakken in samenspraak met andere stakeholders**, zoals jeugdwerk, lokaal bestuur, politie ... Je kan dan een gemeenschappelijke strategie afspreken. Bijvoorbeeld dat vapes niet zichtbaar mogen zijn. Als zowel de scholen als het jeugdwerk in de buurt dit als regel invoeren, kan dat duidelijkheid scheppen. De gemeente kan ook borden plaatsen van Generatie Rookvrij.

- Heb je aanwijzingen dat cannabis vapen echt in de leefwereld zit van bepaalde groepen jongeren? Of dat het vaker voorkomt? Overleg dan eerst **in samenspraak met de betrokken partners** (preventiewerker, CLB, hulpverlening, politie en lokaal bestuur) **welke strategie** jullie gaan volgen. Maak hierover goede afspraken. Als je communiceert doe dit dan op een gerichte manier (bv. naar betrokken klassen, leerlingen of ouders).

- Voor jongeren die experimenteren met middelengebruik heeft een **begeleidende aanpak** de voorkeur. Ga via de geijkte kanalen binnen de school met de jongere in gesprek en/of betrek het CLB. Als leerlingenbegeleider of CLB-medewerker kan je een gesprek starten vanuit bezorgdheid om het functioneren van de leerling. Tips over **hoe je een gesprek kan aangaan** met een jongere over cannabisvapes, vind je terug in de handvatten voor jeugdprofessionals.

- In veel regio's is er een aanbod vroeginterventie. Dit aanbod bestaat uit een beperkt aantal sessies en is bedoeld voor jongeren die starten met middelengebruik, onder andere cannabis. Vaak ervaren die jongeren zelf nog geen probleem en stellen ze geen vraag naar begeleiding. In uitzonderlijke gevallen kan doorverwijzing naar de hulpverlening noodzakelijk zijn.

- Indien je **wil werken rond het vapen van nicotine** om jongeren te stimuleren niet te vapen of te stoppen met vapen, bekijk dan deze factsheet van het Vlaams Instituut Gezond Leven.

Don'ts

- Angst of paniek zijn slechte raadgevers. Het zeker geen goed idee een brede communicatie te doen over nieuwe fenomenen zoals cannabisvapes. Niet naar de leerlingen, noch naar de ouders of andere organisaties. Zo breng je het niet in de leefwereld van jongeren die er niet mee bezig zijn en vermijd je dus normalisering.

- Enkel wanneer een probleem zo groot is dat het een brede communicatie vraagt, zal dit gebeuren via VAD, Sciensano, het regionale parket of preventiewerkers. Bij een beperkt fenomeen is **communicatie in de media altijd te vermijden**, aangezien dit eerder interesse kan opwekken bij jongeren die (nog) niet gebruiken en bijdraagt aan normalisering.

- **Afschrikwekkende boodschappen werken niet om druggebruik te voorkomen**. Dat weten we uit wetenschappelijk onderzoek. Als je communiceert naar ouders en/of leerlingen kan je best communiceren over de regels en afspraken die op school gelden voor alle middelen.

- Politiehonden kunnen meestal het onderscheid niet maken tussen een gewone vape en een cannabisvape. Bovendien zorgen drughonden of grootschalige politieacties op school dat middelengebruik minder bespreekbaar wordt. Dit soort acties bedreigt de vertrouwensrelatie die je als leerkracht of begeleider kan opbouwen met de jongeren. Als het echt nodig is om politie te betrekken, dan hebben **gerichte, discrete politieacties de voorkeur. Het nut, het belang en de meerwaarde van politieacties moeten steeds worden afgewogen tegen de mogelijke ondermijning van de vertrouwensrelatie met de leerlingen en de bespreekbaarheid van het thema op school**. Meer info hierover vind je in deze visietekst.

Colofon

Redactie en lay-out: VAD
Foto: iStockphoto
V.u.: H. Peuskens, Vanderlindenstraat 15, 1030 Brussel
© 2024
VAD, Vanderlindenstraat 15, 1030 Brussel
T 02 423 03 33 | vad@vad.be | www.vad.be
Ondernemingsnummer: 0424.327.587 | RPR Brussel

VAD VLAAMS EXPERTISECENTRUM ALCOHOL EN ANDERE DRUGS

de druglijn

Vlaanderen is zorgzaam en gezond samenleven