

Chemsex & HIV



(Πηγή εικόνας: <https://www.catie.ca/positive-side/party-time>)

Τι είναι το "chemsex";

Ο όρος "chemsex" χρησιμοποιείται για να περιγράψει τη χρήση ψυχοδραστικών ουσιών πριν ή και κατά τη διάρκεια της σεξουαλικής επαφής. Συνώνυμα του chemsex αποτελούν οι όροι: "chemfun" και "PNP" (party and play).

Συνήθως τα άτομα υιοθετούν αυτή τη συμπεριφορά με σκοπό την ενίσχυση της σεξουαλικής ευχαρίστησης και την παράταση της διάρκειας της σεξουαλικής διέγερσης, ή την καταπολέμηση της χαμηλής αυτο-εκτίμησης και τη χαλάρωση των ψυχοκοινωνικών περιορισμών και αναστολών, που σχετίζονται με συγκεκριμένες σεξουαλικές πρακτικές. Το chemsex μπορεί να διαρκέσει για πολλές ώρες ανά επαφή και συχνά αφορά σεξουαλική επαφή με πολλαπλούς συντρόφους (π.χ. σε πάρτυ), αλλά μπορεί να αφορά σε μόνο ένα ζευγάρι σεξουαλικών συντρόφων, ή ακόμη και στην αυτοϊκανοποίηση. Είναι πιο σύννητες μεταξύ ανδρών που έχουν σεξουαλικές επαφές με άλλους άνδρες. Ωστόσο, ετεροφυλόφιλα άτομα μπορεί, επίσης, να κάνουν χρήση ψυχοδραστικών ουσιών και αλκοόλ για τη βελτίωση της σεξουαλικής τους εμπειρίας, θέτοντας και αυτοί σε κίνδυνο την ψυχική και σωματική τους υγεία.

Ποιες είναι οι ψυχοδραστικές ουσίες που χρησιμοποιούνται συχνότερα στο πλαίσιο του chemsex;

Οι τρεις ψυχοδραστικές ουσίες που χρησιμοποιούνται συχνότερα ως μέρος του chemsex είναι οι εξής:

- Κρυσταλλική μεθαμφεταμίνη (γνωστή ως crystal meth, speed, crank, tina ή T).
- Μεφεδρόνη (γνωστή ως meph, drone ή meow meow, λίπασμα, άλατα μπάνιου).
- γ-υδροξυβουτυρικό οξύ/ γ-βουτυρολακτόνη (γνωστό ως G, GHB/GBL, Gina, geebs και υγρό έκσταση)

Λαμβάνονται μεμονωμένα ή μαζί με αλκοόλ ή άλλες ουσίες, όπως κοκαΐνη ή ecstasy.

α) Μεθαμφεταμίνη

- ✓ Ανήκει στην κατηγορία των αμφεταμινών - είναι διεγερτικό.
- ✓ Λαμβάνεται σε μορφή χαπιού, με ένεση, με εισπνοή από τη μύτη ή μπορεί και να καπνιστεί.
- ✓ Διαλύεται εύκολα σε υγρά, είναι άοσμο και άγευστο.
- ✓ Πολύ διαδεδομένη μορφή: η crystal meth, γνωστή και ως «ναρκωτικό των κλαμπ».
- ✓ Προκαλεί εγρήγορση, διέγερση και ενισχύει την παρορμητικότητα.
- ✓ Αρνητικές επιδράσεις σχετιζόμενες με τη μεθαμφεταμίνη:
 - Παράνοια, άγχος, επιθετικότητα
 - Ψύχωση
 - Βλάβες στην καρδιά και τον εγκέφαλο
 - Φθορές στα δόντια
 - Ψυχολογική εξάρτηση

Προσοχή!

- Η χρήση της οδηγεί σε απώλεια όρεξης και αϋπνία, γεγονός που μπορεί να οδηγήσει σε εξάντληση του οργανισμού.

- Η κρυσταλλική μεθαμφεταμίνη εμφανίζει ήπια αλληλεπίδραση με ορισμένα αντιρετροϊκά και αντικαταθλιπτικά φάρμακα, και η ταυτόχρονη λήψη τους μπορεί να οδηγήσει σε έμφραγμα του μυοκαρδίου ή εγκεφαλικό επεισόδιο (αποφυγή χρήσης της σε περίπτωση λήψης των ανωτέρω φαρμάκων).
- Σύσταση για τακτικά διαλείμματα μεταξύ των χρήσεων.

β) Μεφεδρόνη

- ✓ Ανήκει στην κατηγορία των συνθετικών καθινονών – είναι διεγερτικό.
- ✓ Λαμβάνεται από το στόμα (σπανιότερα δε από τη μύτη ή ενδοφλεβίως).
- ✓ Απαντάται συνήθως ως λευκή ή καστανή, άμορφη ή κρυσταλλική σκόνη, σπανιότερα, όμως, και σε μορφή κάψουλας.
- ✓ Ενισχύει την αυτοπεποίθηση, προκαλεί ευφορία και διέγερση και δίνει την αίσθηση της οικειότητας με τα γύρω άτομα.
- ✓ Αρνητικές επιδράσεις σχετιζόμενες με τη μερη:
 - Παράνοια, άγχος
 - Κεφαλαλγία, έμετοι, απώλεια όρεξης, ναυτία
 - Παιραισθήσεις, αϋπνία, εφίδρωση
 - Ψυχολογική εξάρτηση

Προσοχή!

- Η ανάπτυξη ανοχής μπορεί να γίνει γρήγορα με τη μεφεδρόνη – συχνά τα άτομα αισθάνονται ότι πρέπει να λάβουν μεγαλύτερη ποσότητα προκειμένου να αναπαράξουν τα ίδια αποτελέσματα.
- Η ενδοφλέβια χρήση είναι πιο εθιστική από ότι η εισπνεόμενη και μπορεί να οδηγήσει σε μακροχρόνια εξάρτηση.
- Σύσταση για κατανάλωση άφθονης ποσότητας νερού.
- Αποφυγή χρήσης, εάν το άτομο πάσχει από καρδιακή νόσο ή αρτηριακή υπέρταση.

γ) γ-υδροξυβουτυρικό οξύ/ γ-βουτυρολακτόνη (GHB/GBL)

- ✓ Το GHB και το GBL δεν είναι τα ίδια. Το GBL είναι πρόδρομος του GHB. (Το G είναι ένα από τα ονόματα που δίνεται στις ουσίες αυτές).
- ✓ Είναι κατασταλτικό του κεντρικού νευρικού συστήματος.
- ✓ Κυκλοφορεί συνήθως σε μορφή σκόνης ή διαλυμένο σε κάποιο υγρό.
- ✓ Είναι άχρωμο και άοσμο.
- ✓ Το G χρησιμοποιείται νόμιμα ως βιομηχανικός διαλύτης χρωμάτων ή καθαρισμού.
- ✓ Τα εφέ της ουσίας διαφέρουν από άτομο σε άτομο και εξαρτώνται από το πόση ουσία καταναλώνεται, καθώς και από την ψυχολογική κατάσταση που έχει το άτομο όταν κάνει χρήση. Δημιουργεί ευφορία και καταπραυντικά συναισθήματα, ενώ, επίσης, μειώνει τις αναστολές. Συχνά χρησιμοποιείται και ως αναβολικό (βοηθά στις καύσεις του λίπους και την ενίσχυση των μυών).

- ✓ [Αρνητικές επιδράσεις σχετιζόμενες με GHB/GBL:](#)
 - Υπνηλία
 - Εμφάνιση στερητικού συνδρόμου (σε περίπτωση διακοπής της χρήσης του), το οποίο περιλαμβάνει αϋπνία, άγχος και τρόμο (συνήθως υποχωρεί εντός 3 - 21 ημερών)
 - Αναπνευστική ανακοπή: σε περίπτωση συγχορήγησης με αλκοόλ ή κεταμίνη
 - Ψυχολογική εξάρτηση
 - Σπασμοί

Προσοχή!

- Με τα GHB και GBL, είναι δύσκολο να γνωρίζει κανείς πόση ακριβώς ποσότητα φαρμάκου λαμβάνει, συνεπώς είναι αυξημένη η πιθανότητα της υπερδοσολογίας (χρήση πιπέτας για την ακριβή μέτρηση της δόσης). Η υπερδοσολογία μπορεί να οδηγήσει σε απώλεια αισθήσεων (ακόμη και κώμα ή θάνατο) και αυξημένη ευαλωτότητα σε σεξουαλική επίθεση → έχει συνδυασθεί με σεξουαλικές επιθέσεις, τα λεγόμενα "date - rapes", όπου τα θύματα δεν μπορούν να θυμηθούν τα γεγονότα που συνέβησαν όσο ήταν κάτω από την επήρειά του!
[Σημείωση: είναι δύσκολη η ανίχνευση του στα ούρα μετά από 1 ημέρα και κατά την ανάρρωση μπορεί να είναι δύσκολη η ανάκληση γεγονότων που συνέβησαν κατά τη διάρκεια της κατανάλωσής του].
- Αποφυγή σύγχρονης λήψης με κατασταλτικά, όπως το αλκοόλ ή η κεταμίνη.
- Ανάμιξη σε μη αλκοολούχο ποτό και αποφυγή κατανάλωσης ποτού απευθείας από το μπουκάλι.
- Καλό είναι η χρήση να γίνεται σε ασφαλές περιβάλλον και παρουσία ενός έμπιστου ατόμου (για την περίπτωση απώλειας αισθήσεων του ατόμου).

Ωστόσο, στο πλαίσιο του chemsex χρησιμοποιούνται και άλλες ουσίες, οι οποίες μπορεί να είναι εξίσου επιβλαβείς, μεταξύ των οποίων περιλαμβάνονται:

- ✓ **Κεταμίνη** (*γνωστή και ως Green, K, Special K, Vitamin K, Donkey Dust*): αποτελεί φάρμακο που χρησιμοποιείται ως γενικό αναισθητικό, το οποίο προκαλεί αποσυνδεδεμένη αναισθησία (δίνοντας την αίσθηση ότι το μυαλό έχει διαχωρισθεί από το σώμα ή ότι το άτομο αιωρείται), παραισθήσεις, σύγχυση, κρίσεις πανικού και αμνησία. Η τοξικότητα στο ήπαρ και το ουροποιητικό είναι συχνή σε τακτικούς χρήστες υψηλών δόσεων κεταμίνης για ψυχαγωγικούς σκοπούς.
- ✓ **Κοκαΐνη** (*γνωστή και ως Powder cocaine, C, Charlie, coke, Gianluca, gold dust, Percy, lady, snow, toot, white*): ουσία με βραχεία διεγερτική επίδραση στο ΚΝΣ και με ιδιότητες τοπικού αναισθητικού. Η κοκαΐνη απορροφάται από όλους τους βλεννογόνους του σώματος (στόμα, μύτη, έντερο, κόλπος).
 - **Κρακ κοκαΐνης:** Το κρακ κοκαΐνης είναι ένα διεγερτικό, που μπορεί να δημιουργήσει ένα φαύλο κύκλο, κατά τον οποίο το άτομο εξαντλεί τους οικονομικούς του πόρους ταχύτατα και στρέφεται σε άλλες διεξόδους προκειμένου να εξασφαλίσει την εξαρτησιογόνο ουσία, μεταξύ των οποίων η παροχή σεξουαλικών υπηρεσιών με αντάλλαγμα την αμοιβή ή την πρόσβαση σε κοκαΐνη.
 - **Αλληλεπίδραση κοκαΐνης – αλκοόλ:** σε περίπτωση ταυτόχρονης κατανάλωσης κοκαΐνης και αλκοόλ δημιουργείται ένας νέος μεταβολίτης στο ήπαρ, το

«κοκαϊθυλένιο». Η ουσία αυτή διατηρείται για μεγάλο χρονικό διάστημα στον οργανισμό και αυξάνει δραματικά την τοξικότητα (κατά 30 φορές υψηλότερη από αυτή της κοκαΐνης), καθιστώντας την πολύ πιο επιβλαβή από τα περισσότερα ναρκωτικά. Οι επιπτώσεις αρχικά γίνονται αισθητές στο ήπαρ, στο αναπνευστικό σύστημα και στον καρδιακό μυ, και σε περίπτωση ανεπαρκούς ιατρικής φροντίδας, μπορούν να οδηγήσουν σε θάνατο.

- ✓ **Poppers (νιτρώδες αμύλιο):** χρησιμοποιούνται κυρίως στο πλαίσιο της νυχτερινής διασκέδασης επειδή προκαλούν χαλάρωση συγκεκριμένων μυών και ενισχύουν τη σεξουαλική εμπειρία. Λίγα λεπτά μετά την εισπνοή τους, παρατηρείται ζάλη, αποπροσανατολισμός και μια σύντομη περίοδος διέγερσης συνδυασμένη με ευφορία, ακολουθούμενη από περίοδο καταστολής της συνείδησης. Μια παρενέργεια της χρήσης αυτών των ουσιών μπορεί να είναι ο ισχυρός πονοκέφαλος. Οι περισσότεροι θάνατοι που συνδέονται με τη χρήση τους θεωρείται ότι οφείλονται στο σύνδρομο αιφνίδιου θανάτου, το οποίο περιλαμβάνει έναν ακανόνιστο και γρήγορο καρδιακό ρυθμό, καθώς και στην ξαφνική απελευθέρωση επινεφρίνης. Επίσης, τα poppers αλληλεπιδρούν με φάρμακα που χρησιμοποιούνται για τη θεραπεία της ανδρικής σττυτικής δυσλειτουργίας, όπως το sildenafil (Viagra), και μπορεί να προκαλέσουν πτώση της αρτηριακής πίεσης.
- ✓ **Χάπια «Έκσταση» (MDMA):** αποτελεί μια συνθετική ουσία, που λειτουργεί ως διεγερτικό του κεντρικού νευρικού συστήματος και έχει ελάχιστη παραισθησιογόνο ιδιότητα, η οποία περιγράφεται περισσότερο ως αυξημένη αισθητηριακή συνείδηση. Το MDMA σε μορφή δισκίων καταναλώνεται σχεδόν πάντα από το στόμα (κατάποση), αλλά η σκόνη μπορεί, επίσης, να εισπνευστεί ή/και να χορηγηθεί ενέσιμα (πιο σπάνια). Το MDMA προκαλεί ευφορία, αυξημένη αισθητηριακή συνείδηση και ήπια διέγερση. Έχουν σημειωθεί θάνατοι μετά από τη χρήση της ουσίας, ιδιαίτερα μετά από δόσεις του ύψους των 300 mg, αλλά η τοξικότητα εξαρτάται από πολλούς παράγοντες (όπως η ευαισθησία του ατόμου και οι συνθήκες κάτω από τις οποίες έγινε χρήση του).
- ✓ **Viagra (σιλδεναφίλη, γνωστό και ως «το μπλε χάπι», Vitamin V, Kamagra ή Revatio):** είναι ένα φάρμακο που χρησιμοποιείται για την αντιμετώπιση της ανικανότητας ή της σττυτικής δυσλειτουργίας στους άντρες. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί, επίσης, για την πνευμονική αρτηριακή υπέρταση. Ορισμένοι κάνουν ψυχαγωγική χρήση του φαρμάκου, προκειμένου να παρατείνεται ο χρόνος της στύσης, και ενδέχεται να λαμβάνεται παράλληλα με άλλες ψυχοδραστικές ουσίες (όπως το ecstasy), οι οποίες μειώνουν την ικανότητα της στύσης. Στις πιθανές παρενέργειες του φαρμάκου περιλαμβάνονται: πονοκέφαλος, παροδικά επεισόδια ερυθρήματος του προσώπου (hot flushes), θόλωση όρασης, ναυτία και μυαλγίες. Ένας συνδυασμός του Viagra και του ecstasy («sexstasy») μπορεί να οδηγήσει σε παρατεταμένη στύση για > 4 ώρες, με πιθανότητα πρόκλησης μόνιμης και σοβαρής βλάβης στο πέος. Άτομα με καρδιαγγειακές παθήσεις, άτομα που λαμβάνουν νιτρώδη άλατα (όπως νιτρογλυκερίνη) ή poppers, θα πρέπει να αποφεύγουν τη λήψη σιλδεναφίλης, καθώς προκαλεί αγγειοδιαστολή και μπορεί να οδηγήσει σε πτώση της αρτηριακής πίεσης σε επικίνδυνα χαμηλά επίπεδα, οδηγώντας σε απώλεια των αισθήσεων – ακόμα και θάνατο.

Ποιοι είναι οι κίνδυνοι του chemsex;

- ❖ Οι ψυχοδραστικές ουσίες που χρησιμοποιούνται στο πλαίσιο του chemsex αλλάζουν τον τρόπο με τον οποίο το άτομο αισθάνεται και συμπεριφέρεται, αυξάνοντας τον κίνδυνο μόλυνσης με τον HIV ή νόσησης από άλλα Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα (ΣΜΝ), με ποικίλους τρόπους:
 - ✓ Με τη χαλάρωση των ψυχοκοινωνικών αναστολών που επέρχεται, μειώνεται η πιθανότητα χρήσης προφυλακτικού, ακόμη κι αν αυτό ήταν στις αρχικές προθέσεις του ατόμου.
 - ✓ Μπορεί να μην είναι δυνατή η ανάκληση των γεγονότων (και μεταξύ αυτών το αν έγινε χρήση προφυλακτικού κατά την επαφή ή όχι).
 - ✓ Κατά τη διάρκεια μιας μακράς chemsex πρακτικής (ορισμένες φορές τα άτομα επιδίδονται σε chemsex κατά τη διάρκεια κάποιων πάρτυ που μπορεί να διαρκούν για συνεχόμενες ημέρες), μπορεί το άτομο να ξεχάσει/αμελήσει να λάβει την αντιρετροϊκή αγωγή που λαμβάνει ως προφύλαξη πριν την έκθεση (PrEP), γεγονός που το καθιστά πιο ευάλωτο στον HIV, αν δεν κάνει χρήση προφυλακτικού.
 - ✓ Εάν πρόκειται για HIV οροθετικό άτομο, μπορεί να οδηγήσει σε μη λήψη της αντιρετροϊκής του θεραπείας, η οποία συμβάλλει στην καταστολή του ιικού φορτίου και αποτρέπει τη μετάδοση του HIV στους σεξουαλικούς του συντρόφους.
 - ✓ Μπορεί το άτομο να έχει σεξουαλικές επαφές με αγνώστους (π.χ. άτομα που γνώρισε μέσω των εφαρμογών κοινωνικής δικτύωσης ή διαδικτυακών ιστοσελίδων γνωριμιών) ή/και να έχει πολλαπλούς σεξουαλικούς συντρόφους, γεγονός που αυξάνει την πιθανότητα έκθεσης στον HIV και σε άλλα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα.
 - ✓ Μπορεί το άτομο να επιδοθεί σε πιο «δυναμικές» σεξουαλικές πρακτικές, λόγω της αναισθητικής επίδρασης των ουσιών, όπως του GHB. Ο λεπτός βλεννογόνος της περιοχής του πρωκτού τραυματίζεται εύκολα κατά τη διάρκεια πρωκτικής επαφής άνευ λίπανσης, αυξάνοντας τον κίνδυνο για HIV λοίμωξη και άλλα ΣΜΝ (συμπεριλαμβανομένης της ηπατίτιδας C).
 - ✓ Σε περίπτωση πολύωρης ή πολυήμερης σεξουαλικής συνεύρεσης υπό τη χρήση ψυχοδραστικών ουσιών, το άτομο μπορεί να μη σκεφτεί να αναζητήσει εγκαίρως τη λήψη προφυλακτικής αγωγής μετά από πιθανή έκθεση στον HIV (Post Exposure Prophylaxis - PEP). [Σημειώνεται ότι η χορήγηση PEP θα πρέπει να γίνεται αυστηρά εντός 72 ωρών από την πιθανή έκθεση].
 - ✓ Η ενδοφλέβια χορήγηση των ουσιών (π.χ. της μεφεδρόνης ή της crystal meth) με από κοινού χρήση βελονών/συρίγγων, αυξάνει τον κίνδυνο τόσο για την HIV λοίμωξη, όσο και για την ηπατίτιδα C, καθώς και για υπερδοσολογία.
- ❖ Άλλοι κίνδυνοι για την υγεία:
 - ✓ Λόγω της ενδεχόμενης απώλειας των αισθήσεων, το άτομο είναι πιο ευάλωτο σε σεξουαλική κακοποίηση (βλέπε ανωτέρω).
Σε κάθε περίπτωση και ανεξάρτητα από τη χρήση ψυχοδραστικών ουσιών ή μη, η σεξουαλική κακοποίηση δεν είναι ποτέ αποδεκτή και ποτέ δεν αποτελεί λάθος του θύματος!
 - ✓ Υπερδοσολογία (βλέπε ανωτέρω).
 - ✓ Παραισθήσεις, απώλεια επαφής με την πραγματικότητα, παρανοϊκές (ή ακόμη και αυτοκτονικές σκέψεις).

- ✓ Επιδράσεις της μείωσης των επιπέδων των ουσιών (comedown): αίσθημα κατάθλιψης, εξάντλησης, άγχος (συνήθως αφορά τις 3 πρώτες ημέρες μετά τη διακοπή των ουσιών).
- ✓ Αλληλεπίδραση με αντιρετροϊκή ή αντικαταθλιπτική αγωγή (βλέπε παραπάνω) (κίνδυνος εμφράγματος μυοκαρδίου, εγκεφαλικού επεισοδίου ακόμα και θάνατο).

Πώς μπορούν να μειωθούν οι κίνδυνοι που απορρέουν από το chemsex;

Παρότι ορισμένοι υιοθετούν την πρακτική του chemsex, προκειμένου να πειραματιστούν σεξουαλικά ή να τονώσουν την αυτοπεποίθησή τους, η χρήση αυτών των ουσιών δεν είναι ποτέ απολύτως ασφαλής. *Ποτέ δεν πρέπει το άτομο να υποκύπτει στην πίεση που μπορεί κάποιος να του ασκήσει, προκειμένου να κάνει χρήση κάποιας ουσίας, όταν δεν το επιθυμεί.*

Σε περίπτωση που κάποιο άτομο έχει προγραμματίσει να εμπλακεί σε chemsex, καλό είναι να ακολουθήσει τις παρακάτω συμβουλές, ώστε να μειωθούν οι κίνδυνοι για την υγεία του ίδιου, αλλά και των υπολοίπων συμμετεχόντων:

- **Να είναι προετοιμασμένο** – να έχει μαζί του προφυλακτικά και λιπαντικά. Επίσης, να εξετάζεται το ενδεχόμενο λήψης PrEP, σε περίπτωση που αυτή είναι διαθέσιμη.
- **Να γνωρίζει το HIV ορολογικό προφίλ του** - οι περισσότερες μεταδόσεις γίνονται μεταξύ ατόμων που πρόσφατα μολύνθηκαν με τον ιό και δεν γνωρίζουν ακόμη ότι είναι οροθετικοί. Ο τακτικός εργαστηριακός έλεγχος για τον HIV και για άλλα ΣΜΝ, θα βοηθήσει το ίδιο το άτομο και τους άλλους, να παραμείνουν υγιείς.
- **Να συμμετέχει σε πάρτυ όπου παρευρίσκονται άτομα της εμπιστοσύνης του** – να οργανώνει εκ των προτέρων πώς θα φροντίσουν ο ένας τον άλλο και να εξασφαλίζει ότι έχει ενημερώσει κάποιον σχετικά με το πού θα βρίσκεται, εάν αποχωρεί με κάποιον που δεν γνωρίζει.
- **Να θέτει τα όριά του** – πριν τη χρήση των ουσιών, να έχει αποφασίσει ποιες σεξουαλικές πρακτικές είναι διατεθειμένο να υιοθετήσει και να έχει συζητήσει σχετικά με τις μεθόδους προφύλαξης που επιθυμεί να χρησιμοποιήσει.
- **Να παραμένει ενημερωμένο** – να παρακολουθεί ποιες ουσίες έχει καταναλώσει και να γνωρίζει πότε να σταματήσει. Να μην κάνει από κοινού χρήση βελονών/συρίγγων και να μην επιτρέπει σε άλλο άτομο να του χορηγήσει ενδοφλεβίως καμία ουσία.
- **Να χρησιμοποιεί υπενθυμίσεις** - εάν λαμβάνει PrEP για την πρόληψη της μετάδοσης του HIV ή αν λαμβάνει αντιρετροϊκή αγωγή λόγω HIV οροθετικότητας. Οι υπενθυμίσεις θα βοηθήσουν στο να λαμβάνει την αγωγή του αδιαλείπτως (και σταθερά την ίδια ώρα).
- **Να μην επιδιόχεται σε chemsex για μακρά χρονική διάρκεια ή πολύ συχνά** – όσο μεγαλύτερη είναι η χρονική διάρκεια, τόσο πιο πιθανό είναι να βιώσει κάποια από τις αρνητικές επιδράσεις των ψυχοδραστικών ουσιών, όπως παραισθήσεις. Επίσης, όσο πιο συχνά εφαρμόζεται αυτή η πρακτική, τόσο πιο πιθανό να αναπτυχθεί ψυχολογική εξάρτηση και το άτομο να αισθάνεται καταθλιπτικό ή ληθαργικό, όταν διακοπεί η χρήση των ουσιών αυτών.

Πού μπορεί να απευθυνθεί κάποιο άτομο για βοήθεια σχετικά με θέματα που αφορούν στο chemsex;

Σε περίπτωση που κάποιο άτομο θεωρεί ότι έχει πιθανά εκτεθεί στον HIV μετά από εμπλοκή του σε chemsex, συστήνεται η άμεση ιατρική εκτίμηση του περιστατικού σε εφημερεύον δημόσιο νοσοκομείο, ανεξάρτητα από την ύπαρξη Μονάδας Λοιμώξεων σε αυτό. Επιπλέον, μπορεί να χρειαστεί να πραγματοποιηθεί έλεγχος για ΣΜΝ, συμπεριλαμβανομένης της HIV λοίμωξης.

Ο θεράπων ιατρός μπορεί να βοηθήσει σχετικά με τον εθισμό και άλλες αρνητικές επιδράσεις που μπορεί να προκύψουν από τη χρήση των ψυχοδραστικών ουσιών, επιβαρύνοντας τη σωματική και την ψυχική υγεία του ατόμου.

Ενημέρωση και ψυχολογική υποστήριξη για θέματα chemsex:

- Συμβουλευτικός Σταθμός για HIV/AIDS και ΣΜΝ: 210 - 72.39.945 (για ραντεβού: 09:00-15:00)
- Τηλεφωνική Γραμμή για HIV/AIDS και ΣΜΝ: 210 - 72.22.222 (09:00-17:00)

Βιβλιογραφικές αναφορές

1. <https://www.avert.org/printpdf/node/2806>
2. <https://www.gettingiton.org.uk/documents/Swagnet-chemsex-leaflet-Nov14.pdf>
3. https://okana.gr/sites/default/files/dmdocuments/MEDIA_KIT_opt.pdf
4. <https://www.naac.org.cy/uploads/e13bace631.pdf>
5. <https://www.drugwise.org.uk/comedown/>
6. https://www.emcdda.europa.eu/publications/drug-profiles/volatile_en
7. <https://www.emcdda.europa.eu/publications/drug-profiles/mdma>
8. Zvosec et al. Proceedings of the American Academy of Forensic Science in Seattle, 2006. Web.archive.org (3 December 2007).
9. Németh Z, Kun B, Demetrovics Z et al. The involvement of gamma-hydroxybutyrate in reported sexual assaults: a systematic review. *Journal of Psychopharmacology* 24 (9): 1281–87. September 2010.
10. Giorgetti, Raffaele et al. "When "Chems" Meet Sex: A Rising Phenomenon Called "ChemSex"." *Current neuropharmacology* vol. 15,5 (2017): 762-770.