

Värt att veta om **lustgas som berusningsmedel** och din hälsa

Patientinformation

Hur kan lustgas som berusningsmedel påverka din hälsa? Vad ska du göra när du har fått symtom efter lustgasanvändning? Här finns svar på frågor som du kan tänkas ha om lustgas.





Hur påverkar lustgas kroppen?

Lustgas förstör vitamin B12 som bland annat är viktigt för att bilda en skyddande isolering kring dina nervceller i nervsystemet. Om du ofta använder lustgas för berusning finns det risk att detta skydd blir så kraftigt försämrat att du får skador på ryggmärg, hjärna och nervceller i olika delar av kroppen.

När vitamin B12 förstörs och slutar fungera leder det även till att aminosyran homocystein lagras i kroppen. Vid höga halter homocystein riskerar du att få blodproppar i till exempel lungor och hjärna.

Vilka akuta risker har lustgas?

Om du andas in lustgas direkt från en tub eller patron kan du få köldskador, som liknar frättskador, i mun och svalg. Det beror på att trycket i behållaren är högt och den utströmmande gasen är mycket kall (närmare -100°C). Köldskador kan även uppstå när lustgas kommer i kontakt med huden och ger då djupa sår som i värsta fall inte läker utan måste plastikopereras. I riktigt allvarliga fall kan du hamna i respirator då den kalla gasen ger så svåra skador i matstrupe och luftväg att det svullnar igen och du får svårt att andas.

Om du andas in lustgas intensivt kan du bli yr, illamående och även svimma. Men när du sedan börjar andas vanlig luft igen kommer du att vakna till. När du svimmar finns det en risk att du faller och skadar dig.

Vilka symtom kan jag få efter upprepad användning av lustgas?

Om du använder lustgas upprepat under längre tid riskerar du att få en uttalad B12-brist som leder till olika typer av nervskador. Du kan till exempel få känselbortfall med domningar, stickningar och skakningar i händer och fötter, svårigheter att stå och gå, svårt att hålla tätt (det läcker urin) samt känna stark oro och ångest. Du kan även få svårt att föra normala samtal då din mentala förmåga påverkas och det kan leda till att du även får besvär med minnet. Upprepad användning under lång tid kan alltså påverka ditt dagliga liv markant och vanliga enkla vardagssysslor kan bli svårare att utföra.

Du kan även få blodproppar i olika vitala organ som hjärna, hjärta eller lungor. Att få en blodpropp är ett allvarligt tillstånd som i värsta fall kan vara livshotande.

Hur mycket lustgas är farligt?

Det går inte att säga hur mycket lustgas man behöver använda för att riskera att få nervskador. Men ju mer och ju oftare du använder desto större är risken att få allvarliga nervskador och blodproppar.

Vilken behandling får jag och varför?

Eftersom lustgas förstör vitamin B12 består behandlingen av att ge nytt fungerande vitamin. Därför har du kanske fått en injektion av vitamin B12.

Men det absolut viktigaste är att sluta använda lustgas eftersom fortsatt användning förstör allt vitamin B12 som har tillförts.

Det fungerar inte lika bra att äta tillskott i form av tabletter med vitamin B12 eftersom upptaget i magen inte är tillräckligt bra. Då man snabbt vill öka mängden vitamin B12 i kroppen ger det bäst effekt att ge en injektion i en muskel.

Om du har höga värden av homocystein får du också läkemedel som ska minska risken att du drabbas av blodproppar. Vid dessa höga värden eller om du har påtagliga symtom kan du behöva behandlas inlaggande på sjukhus då du riskerar allvarliga skador eller att dina symtom förvärras.

Vad kan jag själv göra för att mina symtom ska förbättras?

Det absolut viktigaste är att du slutar med lustgas. Om du fortsätter använda lustgas hjälper inte behandlingen som du fått. Det hjälper inte heller att ta vitamin B12-tabletter eftersom lustgas även förstör tillfört vitamin. Slutar du inte med lustgas kommer du förr eller senare få någon form av nervskador och riskerar bestående men. Dessutom ökar risken att du får blodproppar.



Vad händer om jag fortsätter använda lustgas?

Den lustgas som du använder kommer direkt att förstöra den mängd fungerande vitamin B12 som finns i din kropp. Även om du fått korrekt given behandling med vitamin B12 kommer den nya tillförda lustgasen till slut förstöra allt friskt vitamin B12 och därmed blir inte behandlingen tillräckligt effektiv och du riskerar att få symtom igen. Du kan då också få symtom som inte förbättras eller i värsta fall försämras vilket ökar risken för att du ska få permanenta skador.

Kommer jag bli bra igen?

Så länge du inte använder lustgas är chansen stor att dina symtom försvinner och att du får tillbaka dina normala funktioner. Det kan dock ta flera veckor/månader beroende på hur intensiv din lustgasanvändning har varit. Men i några fall har användare av stora mängder lustgas inte återfått sina normala funktioner trots att de inte har använt lustgas på flera år.

Måste jag komma på återbesök efter behandling?

Vanligen får du komma på återbesök inom en–två veckor så att sjukvården kan kontrollera att dina värden ser bra ut och att dina symtom förbättrats. Ibland kan uppföljning behövas under flera månaders tid. Har du fått mer allvarliga symtom kan du behöva vårdas inneliggande eller om du fått kvarstående skador kan återbesök bli aktuellt så länge du har symtom.

Kan jag bli beroende av lustgas?

Det finns idag inga vetenskapliga studier som helt säkert kan fastslå att upprepat bruk av lustgas ger ett psykiskt beroende. Men erfarenhet från Giftinformationscentralen har visat att många av de som använder stora mängder lustgas vid upprepade tillfällen har svårt att sluta. Det är vanligt att dessa personer visar upp ett mer eller mindre tvångsmässigt regelbundet intag som påverkar deras dagliga liv i stor utsträckning.

