

'BIJ DE TWEEDE LIJN  
COKE NAAR RECHTS'

## Meerdere routes naar Roes

Het land van Roes, we vertoeven er graag. Een veelzijdig land met oogverblindende vergezichten, stille wateren, drukke boulevards en af en toe een knalfeestje, een land van pieken en dalen. En dat allemaal in ons hoofd.

De meeste mensen hebben hun favoriete route naar Roes allang uitgestippeld. Club Dopamine: bij de tweede lijn coke naar rechts. Loungecafé Endorfine: via de Foliestrip langs de kringelweg omhoog. Maar er leiden meer wegen naar Roes. In deze Mainline gaan we daarom van de gebaan-de paden af. Zo gaat journalist Klaas Boomsma over het hardlooppad naar datzelfde loungecafé. En wordt Prasand Baidjnath Misier ook de goede richting op gebracht door een vallei in Guatemala vol topkwaliteit cacao. Lees erover op pagina's 8 en 4.

Dit nummer duiken we in alternatieve manieren om ons hoofd te stimuleren. Tom op bladzijde 18 weet hoe het is om te trippen op drugs. Maar pas echt gelukkig wordt hij van ademhalingstherapie. Verder in dit nummer de resultaten van een onderzoek naar dexamfetamine bij cokegebruikers.

Met een beetje dex op, oftewel de juiste breinstimulatie, wordt de drang naar wit een stuk minder, beweert onderzoeker Mascha Nuijten op pagina 10. Als klap op de vuurpijl maken we op de middenpagina's de winnaar van de schrijfwedstrijd uit het jubileumnummer bekend. Lees daar ook de twee winnende verhalen.

Veel leesplezier!

Guido van Diepen  
Hoofdredacteur

## MAINline

Mainline is een tijdschrift voor middelengebruikers en een uitgave van de Stichting Mainline: gezondheids- en preventiewerk druggebruikers.

### Andere activiteiten van Mainline:

- ▶ Opzet en uitvoering van campagnes over risicohandelingen
- ▶ Productie van folders en achtergrondinformatie
- ▶ Themabrief combinatietherapie en druggebruik
- ▶ Themabrief hepatitis C en druggebruik
- ▶ Counseling en preventiegesprekken Veldwerk
- ▶ Overdragen van kennis aan professionals
- ▶ Rapportage aan beleidsmakers
- ▶ Verwijzing van druggebruikers
- ▶ Advisering van druggebruikers met hiv of hepatitis C

**Hoofdredactie:** Guido van Diepen

**Eindredactie:** Jente Posthuma

**Redactie:** Ingrid Bakker,  
Toon Broeks, Leon Knoops,  
Annet Vogelaar, Sara Woods

**Bijdragen:** Frits Smit

**Beeldbijdragen:**  
Studio Odilo Girod, Eric Krabbenbosch, Patricia Torales, Martijn de Vries, Kees Wollenstein, Mainline archief.

**Cover:** Studio Odilo Girod

**Vormgeving:** Studio Odilo Girod

**Drukwerk:** Drukkerij Raddraaier

**Financiële bijdrage:**

Ministerie van VWS

**Abonnementen:**

€ 20,00 per jaar (inclusief administratie- en verzendkosten)  
IBAN: NL26 INGB 003939013  
t.n.v.: Mainline, Amsterdam

Copyright © 2017 Mainline  
ISSN 0926-339X

Jaargang 26, nummer 1  
Overname en reproductie van artikelen alleen na schriftelijke toestemming van Stichting Mainline

Postbus 58303  
1040 HH AMSTERDAM  
Telefoon: (020) 682 26 60  
E-mail: info@mainline.nl  
www.mainline.nl

## Inhoud

- 4 Cacao-high
- 6 Nieuws I
- 8 Runner's high
- 10 Interview Mascha Nuijten
- 12 Winnaar Mainline-verhalenwedstrijd
- 14 Dancer's high
- 16 Gelukkig zonder xtc
- 18 Zuurstof-high
- 20 De voor- en nadelen van Suboxone
- 22 Gebruikers over hun methadonbehandeling
- 23 Nieuws II

NATURAL  
HIGH

## 4, 8, 14, 18

### Natural high

High worden van rauwe cacao, hardlopen, trancedans of gewoon je ademhaling, dat kan en het is gezond en niet duur. Tenminste, als je het niet overdrijft. In dit nummer spreken vier natural high-specialisten uit eigen ervaring. "Deze high voelt heel anders. Ik hou dagenlang mijn energielevel."



Foto: Martijn de Vries

## 10

### Hoop voor cokegebruikers

Er lijkt eindelijk een vervangend middel voor coke te zijn. Psycholoog Mascha Nuijten deed onderzoek naar dexamfetamine dat wereldwijd werd opgepikt. "Een mijlpaal", noemen Zwitserse psychiaters het. "Een eerste stap naar een nieuwe behandeling voor cocaïne-afhankelijkheid", zegt Nuijten voorzichtig.



Foto: Kees Wollenstein

## 16

### Gelukkig zonder xtc

Xtc stimuleert de serotonine-aanmaak in je brein. Maar na intens geluk volgt al snel de depressie: ineens is je serotonine-voorraad op. Hoe werkt dat precies? En zijn er andere manieren om je serotoninegehalte verhogen? Ja, door paddestoelen te gaan zoeken in het bos. Wat?



## 20

### Niet voor iedereen

Suboxone is een alternatief voor methadon, maar de meningen erover verschillen. "Als onderhoudsmiddel prijs ik het niet meer aan", zegt verslavingsarts Ralph van de Wijnckel. "Maar om te detoxen is het prima." Voor gebruiker Charles werkt Suboxone wel: "Ik voel me een totaal ander mens."

