

Infektionen vermeiden

Teile deine Pfeife nicht mit anderen. Nutze dein eigenes **Mundstück**, wenn du doch mal eine Pfeife benutzt, die andere schon verwendet haben.



Pflege deine Lippen mit einem **Lippenbalsam**, da durch den Crackkonsum trockene Lippen, Risse und kleine Bläschen entstehen können.

Deine Gesundheit

Achte auf **Ruhepausen** und ausreichend Schlaf.

Crack kann dein Hunger- und Durstgefühl ausschalten. Achte auf ausreichend **Flüssigkeit** und **Nahrung**.

Viele Aids- und Drogenhilfen bieten kalorienreiche Kost und Getränke an.



Impressum

© Deutsche Aidshilfe e. V.
Wilhelmstr. 138
10963 Berlin
Internet: www.aidshilfe.de
E-Mail: dah@aidshilfe.de

Bestellnummer: 042115
2025

Text und Konzept: Dirk Schäffer
Bearbeitung: Christina Laußmann,
Maria Kuban

Gestaltung: Carmen Janiesch

Fotos: CaJa; World History Archive /
Alamy Stock Foto

Druck: onlineprinters.de

Risiken mindern

ABC des Crackkonsums

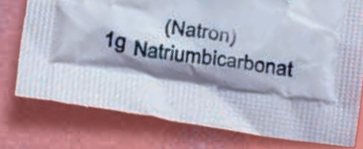


Von Kokain zu Crack

Um aus Kokain rauchbares Crack („Steine“) zu machen, muss dem Kokainpulver Natron und Wasser hinzugegeben werden.

Keinesfalls Ammoniak zur Erzeugung der Steine benutzen, da es zu schweren Lungenschäden führen kann!

Natron erfüllt denselben Zweck und ist nicht gesundheitsschädlich.



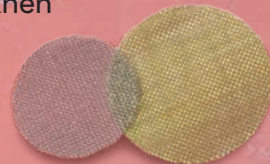
Das Mischverhältnis Kokain zu Natron ist **4:1** (Beispiel 1g Kokain und 0,25g Natron).

Nutze Löffel oder **Einmal-löffel**, die für den Drogenkonsum vorgesehen sind, um darin das Kokainpulver, Natron und Wasser zu erhitzen.



- Das Gemisch kurz aufkochen lassen.
- An der Oberfläche bildet sich ein öliges Film. Diesen mit einem kleinen Messer abschöpfen.

- Nur trockenes Crack lässt sich gut rauchen. Die Steine auf z. B. einen Kaffeefilter legen, um das Crack darauf schnell trocknen zu lassen.



Die richtige Pfeife



Es gibt verschiedene Pfeifen, die zum Crackkonsum geeignet sind.

Die Pfeife sollte nicht zu kurz sein und ein gutes Sieb enthalten.

Wir empfehlen dir entweder Glaspfeifen mit passendem Filter oder Metallpfeifen (siehe Abbildungen).

