



Lachgas. Handvatten voor een lokaal actieplan

Het gebruik van lachgas is geen nieuw fenomeen. Al jaren krijgt lachgas aandacht in de media en doen er verhalen de ronde over het gebruik van lachgas. Dit stelt ook steden en gemeenten voor heel wat uitdagingen.

Kies voor een lokale integrale aanpak van lachgas¹

Steden en gemeenten krijgen van tijd tot tijd te maken met overlast door gebruik van lachgas. Denk hierbij aan (geluids)overlast en het achterblijven van zwerfvuil (lege patronen, ballonnen, ...). Steden en gemeenten zijn uitstekend geplaatst om deze problemen en de gezondheidsrisico's die samenhangen met het gebruik van lachgas te beperken. Een gedragen lokaal actieplan met aandacht voor de verschillende aspecten en nuances van het fenomeen kan hier soelaas bieden.

Lokale samenwerking

Lokale overheden zijn uitstekend geplaatst om een lokale, op maat gerichte aanpak van het lachgasfenomeen op hun grondgebied te coördineren. Zij kunnen lokale stakeholders met elkaar in contact brengen om op die manier een gezamenlijke aanpak van het fenomeen uit te werken, en dit op maat van hun stad of gemeente. Voorbeelden van lokale stakeholders zijn lokale of intergemeentelijke preventiewerkers, het jeugd- en welzijnswerk, straathoekwerk, onderwijs, eerstelijns werkers, uitgaanssector, detailhandel en de lokale politie.

De lokale situatie in kaart brengen

Breng het lachgasfenomeen in de stad of gemeente in kaart:

- Welke signalen van gebruik kregen de verschillende stakeholders?
- Wie zijn de mensen die lachgas gebruiken (jongeren -18 jaar, jongvolwassenen, ...)?
- Welke acties hebben de stakeholders al ondernomen (preventie, beleidsmatig, handhaving, ...)?
- Wat zijn de (openbare) hotspots van gebruik? Intermediairs en stadspersoneel (bijvoorbeeld groendienst, afvalophalers, ...) kunnen hierbij bijvoorbeeld gevraagd worden om de vindplaatsen van lege patronen te signaleren.

Een lokaal plan van aanpak uitwerken

Organiseer een overleg met alle lokale stakeholders en stel samen met hen een plan op, waarin zowel wordt ingezet op de beschikbaarheid als het gebruik van lachgas. Besteed aandacht aan zowel:

1. educatie (voorlichting en sensibiliseren);
2. regels en handhaving;
3. omgevingsinterventies (structurele maatregelen);
4. (eerstelijns)zorg en begeleiding.

¹ Gedeeltelijk gebaseerd op: Nijkamp, L. (2020). *Lachgas: Van zorgen naar acties. Een handreiking voor gemeenten, handhavers en preventieprofessionals in de aanpak van de verkoop en het gebruik van lachgas*. Utrecht: Trimbos-instituut.

1. Educatie (voorlichting en sensibilisering)

Welke kennis deel je met wie en waarop focus je als stad of gemeente? En wat kunnen onverwachte, schadelijke neveneffecten zijn van deze communicatie?

Voorlichting en sensibilisering over lachgas richt zich best op wie al lachgas gebruikt en op actoren uit zijn of haar leefomgeving. Dit zijn bijvoorbeeld ouders, scholen, verantwoordelijken binnen het uitgaansleven en jeugd- en welzijnswerkers. Doordat zij dichtbij de personen die lachgas gebruiken staan, zijn zij ideaal geplaatst om gebruik te signaleren, het fenomeen bespreekbaar te maken en deze personen waar nodig door te verwijzen naar de gepaste hulpverlening.

Ook in de publieke ruimte zijn veel intermediairs werkzaam die personen die lachgas gebruiken kunnen tegenkomen: lokale preventiewerkers, straathoekwerkers, jeugd- en welzijnswerkers, wijkagenten, Zij zijn allen goed geplaatst om op een laagdrempelige manier het gesprek aan te gaan en informatie uit te wisselen met deze personen. Materialen die ze hiervoor kunnen gebruiken, zijn beschikbaar via [de website van De Druglijn](#) en [de website en infostand van Safe 'n Sound](#). Daarnaast werd een [video ontwikkeld door onze Nederlandse collega's van het Trimbos-instituut met risicobeperkende tips](#) voor jongeren die lachgas gebruiken.

Om deze taak te kunnen vervullen, dienen intermediairs uiteraard over voldoende kennis over lachgas beschikken. Als stad of gemeente kan je aan deskundigheidsbevordering van deze intermediairs doen door:

- Een infosessie over lachgas voor intermediairs te organiseren (productinfo, lokale aanpak do's and dont's, ...).
- [De folder 'Lachgas en andere vluchtige stoffen. De meest gestelde vragen'](#) gratis beschikbaar te stellen voor intermediairs die dit wensen.

Wanneer je als stad of gemeente communiceert over lachgas, is het belangrijk om er rekening mee te houden dat het breed delen van kennis en informatie (bijvoorbeeld in een postercampagne gericht op alle jongeren of via (lokale) media) een ongewenst of zelfs averechts effect kan hebben. Een brede campagne over een product dat slechts door een kleine minderheid gebruikt wordt, riskeert immers dit product te normaliseren. Wanneer het daarenboven gaat over een product dat potentieel een grote aantrekkingskracht op jongeren uitoefent en makkelijk en legaal verkrijgbaar is, vergroot het risico dat de communicatie schadelijke gevolgen met zich meebrengt (i.c. meer jongeren die het middel willen uitproberen) nog meer. Bij lachgas spelen al deze elementen een rol en dient de communicatie erover met veel zorg te worden aangepakt en dringt een aanpak op maat zich op. Hierover kan je meer lezen in [deze visietekst van VAD](#).

Gerichte acties naar scholen, jeugd- en sportverenigingen:

- Informeer hoe je als stad of gemeente het lachgasfenomeen zal aanpakken (actieplan). Hierdoor kan je voorkomen dat scholen, jeugd- en sportverenigingen aan de slag gaan met preventieprogramma's die productinformatie over lachgas meegeven aan alle jongeren (bijvoorbeeld klassikaal). Deze kunnen immers nieuwsgierigheid opwekken en er net voor zorgen dat jongeren beginnen met experimenteren.
- Breng hen op de hoogte waar ze terecht kunnen met vragen over (de aanpak van) lachgas in de school, jeugd- of sportvereniging (bijvoorbeeld bij de preventiedienst).
- Moedig hen aan om te werken aan een brede preventieve aanpak rond alcohol en drugs binnen hun organisatie.
- [Een drugbeleid op school \(DOS\) voor secundaire scholen](#). Over de do's & dont's van preventie in het secundair onderwijs lees je alles in [de Leerlijn verslavingspreventie](#). Specifiek over de aanpak van lachgas op scholen biedt [dit artikel](#) over werken rond lachgas op scholen de nodige aanknopingspunten.

- [Drugs in beweging \(DIB\) voor jeugdbewegingen.](#)
- [Sportivos voor sportclubs.](#)

2. Regels en handhaving

Jongeren zien lachgas vaak niet als een drug. Sinds 5 maart 2021 is de verkoop van lachgaspatronen aan minderjarigen echter verboden^{2,3}. Voor overtredingen gelden dezelfde sancties die gelden bij de niet-naleving van het verbod op verkoop van tabak en alcohol aan minderjarigen, namelijk geldboetes tot 3.000 euro en celstraffen tot 6 maanden. Om dit verbod te waarborgen, mogen handelaars aan iedereen die deze ampullen wil kopen een bewijs vragen dat hij/zij de leeftijd van 18 jaar heeft bereikt.⁴ Ook als stad/gemeente heb je mogelijkheden om de wetgeving mee te handhaven. Regels en handhaving behoren tot de mogelijkheden van een stad/gemeente om zo problemen met lachgasgebruik op lokaal niveau te verhelpen. Kader dit evenwel altijd binnen een bredere preventieve aanpak en vermijd een louter repressieve aanpak. Dit kan namelijk leiden tot een verplaatsingseffect van het fenomeen. Extra verboden opleggen is dan ook enkel aangewezen wanneer uit de lokale analyse blijkt dat er lokaal daadwerkelijk een probleem is met lachgas. Wanneer dit het geval is kan er gedacht worden aan volgende acties:

- Burgers kunnen gevraagd worden om de vindplaatsen van lege patronen en ballonnen te melden. De lokale politie of andere gemeentelijke of stadsdiensten kunnen deze opruimen en vervolgens ook extra toezicht houden op de plaatsten waar de patronen werden aangetroffen.
- Voer controles uit in winkels die geen lachgaspatronen meer mogen verkopen en controleer of de patronen er ook daadwerkelijk niet meer verkocht worden.
- Bij verkeerscontroles kan extra aandacht geschonken worden aan het oneigenlijk vervoer van lachgas in het kader van de Europese ADR-wetgeving⁵.
- Communiceer de regelgeving naar de inwoners van je stad of gemeente, naar de lokale horeca, festivals, nachtwinkels en verkooppunten waar de verkoop van lachgaspatronen wel nog toegestaan is.

3. Omgevingsinterventies (structurele maatregelen)

Structurele of omgevingsgerichte maatregelen zijn gericht op het creëren van een ondersteunende leefomgeving die het maken van gezonde keuzes stimuleert. Combineer het inzetten op de leefomgeving met maatregelen om de beschikbaarheid van lachgas te beperken en maatregelen om overlast in de publieke ruimte aan te pakken.

² Het verbod geldt ook voor de onlineverkoop. Websites die deze producten aanbieden, moeten het verbod op de verkoop aan minderjarigen vermelden op elke pagina waarop de online-aankoop van dit gas mogelijk is, ongeacht het voor het gas gebruikte omhulsel.

³ Wet tot wijziging van de wet van 24 januari 1977 betreffende de bescherming van de gezondheid van de gebruikers op het stuk van de voedingsmiddelen en andere producten, teneinde de verkoop aan minderjarigen van metalen patronen met distikstofmonoxide te verbieden, *Belgisch Staatsblad* 23 februari 2021, p.16512.

⁴ Sedert 8 april 2024 is ook het oneigenlijk gebruik van lachgas (ook voor meerderjarigen) verboden. Dit verbod wordt geregeld door het Koninklijk Besluit (KB) van 29 maart 2024.

⁵ Het vervoer van gevaarlijke goederen over de weg (ADR) is een bevoegdheid van de Vlaamse overheid. ADR staat voor 'Accord européen relatif au transport international de marchandises Dangereuses par Route'. Dat ADR-verdrag is omgezet in een Europese richtlijn en is van toepassing op alle vervoer op het grondgebied van de lidstaten van de Europese Unie. In dit verdrag werd onder meer een verbod op het vervoeren van meer dan twee kilogram lachgas opgenomen (gasflessen met lachgas).

Enkele voorbeelden:

- Gekende hotspots en hangplekken (parkjes, pleintjes, parkings, ...) beter verlichten om zo de sociale controle en gebruik in de publieke ruimte te ontmoedigen.
- Stimuleer winkeliers om hun verantwoordelijkheid op te nemen. Dit kan bijvoorbeeld door:
 - Hen te informeren over de wetgeving met betrekking tot het verbod op de verkoop van lachgaspatronen aan minderjarigen.
 - Hen te stimuleren om een leeftijdsbewijs te vragen aan jongeren die lachgas patronen willen aankopen en die er jonger dan 21 jaar uitzien.
 - Hen te informeren over de effecten en gevolgen van (overmatig) lachgasgebruik. Dit kan door een preventiefolder ter beschikking te stellen of een informatiesessie te organiseren.
 - Hen te vragen aandachtig te zijn voor het fenomeen en volwassen kopers te vragen wat ze met grote hoeveelheden van plan zijn. Dit werkt alvast ontmoedigend.
 - Laat hen het aantal patronen dat verkocht wordt registreren (op die manier kan het gebruik verder in kaart gebracht worden).
 - Vraag hen geen kortingen te geven op lachgas.
 - Vraag hen om de patronen op een niet prominente plaats te bewaren (bijvoorbeeld achter de toonbank in plaats van in het zicht). Op die manier is de drempel hoger om de patronen aan te kopen.

4. (eerstelijns)zorg en begeleiding

Naast het uitwisselen van informatie aan personen die lachgas gebruiken in de publieke ruimte zijn intermediairs die in contact komen met deze personen (lokale preventiewerkers, straathoekwerkers, jeugd- en welzijnswerkers, wijkagenten,) ook uitstekend geplaatst om op een laagdrempelige manier het gesprek aan te gaan met jongeren van wie zij weten dat die lachgas gebruiken. Het beste is om het gesprek niet aan te gaan tijdens het gebruik, maar daar op een later moment op terug te komen. (Problematisch) gebruik kan zo bespreekbaar gemaakt worden.

- Zorg dat jongeren die problemen ervaren door gebruik, weten waar ze terecht kunnen met hun hulpvraag. Denk aan de website, telefoon-, mail- en chatservice van [De Druglijn](#).
- Neem contact met het CGG van je regio om tezamen te bekijken welke rol zij kunnen opnemen (bijvoorbeeld aanbieden van laagdrempelige gesprekken, psycho-educatie op maat, ...)
- Versterk eerstelijns werkers in het bespreekbaar maken, signaleren en eventueel doorverwijzen.

Je staat er als stad of gemeente niet alleen voor

Lokale, intergemeentelijke en regionale CGG-preventiewerkers kunnen de nodige ondersteuning bieden bij het uitwerken van het lokale actieplan en het uitvoeren van bepaalde acties. De [VAD-doorverwijsgids](#) zet je op het juiste spoor.

Wat is lachgas?

Lachgas is een kleur- en geurloos gas met als werkzame stof N₂O (distikstofmonoxide). Het heeft een verdovend en licht trippend/dissociatief effect met een korte euforische roes met eventuele lachbuien als gevolg. Het is legaal verkrijgbaar in patronen en grote gasflessen en het wordt ingeademd via ballonnetjes.

Lachgas of N₂O (distikstofmonoxide) wordt gebruikt als narcosemiddel bij operaties. Daarnaast wordt het gas ook gebruikt binnen de voedingsindustrie, bijvoorbeeld in gaspatronen voor slagroomsputen. Doordat lachgas vrij verkrijgbaar is, wordt wel eens over het hoofd gezien dat het inhaleren ervan risico's met zich mee kan brengen.⁶

Wie gebruikt lachgas?

Lachgas is voornamelijk populair bij jonge experimenterende gebruikers. Ook jongvolwassen gebruiken het weleens tijdens het uitgaan of bij evenementen in openlucht. Uit Nederlands onderzoek komt naar voren dat hun leeftijd wordt geschat tussen de 14 en 25 jaar (de grootste groep zit tussen de 20 en 25 jaar). Jongeren gebruiken voornamelijk in groep thuis en op afgelegen plaatsen.⁷

Wat houdt het gebruik in?

Hoe?

Lachgas komt voor in ampullen (kleine gaspatronen voor slagroomsputen) of in gasflessen. Het gas wordt vanuit de patronen of de gasfles in een ballon gespoten, waarna het geïnhaleerd wordt. Lachgas wordt door inademing in het lichaam opgenomen en komt via de longen rechtstreeks in het bloed terecht en bereikt op die manier de hersenen. De effecten zijn na enkele seconden inhaleren merkbaar en duren slechts een aantal minuten.

Waarom?

- Lachgas heeft een onschuldig imago. Het is niet bij wet verboden en je wordt er vrolijk en uitgelaten van. Personen die lachgas gebruiken zijn zelf vaak het uithangbord om lachgas te promoten o.a. via sociale media.
- Lachgas is een zeer laagdrempelige drug. Het is vrij verkrijgbaar en goedkoop.

Combinatiegebruik?

Indien men lachgas combineert, dan doet men dit voornamelijk met alcohol, cannabis, xtc of cocaïne. Deze middelen versterken de roes van lachgas.⁸ Gecombineerd gebruik houdt extra risico's in.

Welke effecten veroorzaakt lachgas en welke risico's zijn eraan verbonden?

Onderzoek naar de effecten van lachgas situeren zich voornamelijk op medisch vlak en minder op recreatief vlak.

De effecten:

Lachgas veroorzaakt een korte euforische roes die na ongeveer 1 tot 5 minuten is uitgewerkt. De effecten treden vrijwel onmiddellijk op. Er is sprake van een bewustzijnsdaling, die je kan vergelijken met een sterke dronkenschap. Tijdens de roes is het lichaam ontspannen en wordt pijn onderdrukt. Daarnaast verandert lachgas ook de waarneming: beeld en geluid komen anders binnen, vergelijkbaar met een kortdurende hallucinatie.

⁶ Safe 'n Sound (2017). *Lachgas*. Via: <https://safensound.be/?product=lachgas>

⁷ Van Goor, M. (2020). *Factsheet lachgas*. Update december 2020. Utrecht: Trimbos-instituut.

⁸ Van Goor, M. (2020). *Factsheet lachgas*. Update december 2020. Utrecht: Trimbos-instituut.

De risico's:

De risico's op korte termijn zijn hoofdpijn, duizeligheid, wazig zien, verwardheid, evenwichtsstoornissen. Deze klachten hangen waarschijnlijk samen met het zuurstoftekort en treden vooral op bij langer in en uitademen en bij hogere dosissen. Bij hogere dosissen of in combinatie met andere verdoovende middelen, kan de persoon in kwestie kortstondig bewusteloos geraken en vallen. Ook kan er bevrozing voorkomen wanneer lachgas rechtstreeks vanuit de gasfles geïnhaleerd wordt. Het gas is dan zo koud dat de longen kunnen bevriezen. Ook lippen, neus en stembanden kunnen bevriezen. Het komt ook voor dat mensen sen vrieswonden aan de handen of benen krijgen doordat ze de lachgastank vasthouden of tussen hun benen klemmen. Deze wonden lijken erg op brandwonden (blaren en roodheid). Deelname aan verkeer wordt afgeraden na het gebruik van lachgas. Na het gebruik van lachgas kan men nog een hele tijd onoplettend blijven, wat de kans op verkeersongelukken verhoogt.

Op lange termijn kan het gebruik van lachgas leiden tot het krijgen van een verdoofd gevoel in de ledematen, pijnscheuten en tintelingen in handen en voeten, bloedarmoede en hart- en vaatziekten. Deze gevolgen komen voort uit een tekort aan vitamine B12. Minderjarigen, vrouwen in de vruchtbare leeftijd, mensen met hart- en vaataandoeningen en mensen met een laag vitamine-B12-gehalte, lopen sneller risico op het ontwikkelen van deze stoornissen.⁹

⁹ Van Goor, M. (2020). *Factsheet lachgas*. Utrecht: Trimbos-instituut.

Colofon

Redactie: David Möbius, Jochen Schrooten, stafmedewerkers VAD

Lay-out: VAD

Foto: iStock

V.U.: Dr. Hendrik 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

