

[KLARSTOFF.]

KOSTENLOSE KAPITELPROBE

GHB, GBL und 1,4-BDO verstehen

Wirkungen, Unterschiede, Abhängigkeit und Wege zur Hilfe



Fiktive Alltagsszene: Zwei Freunde sprechen auf dem Heimweg miteinander.

Kostenlose Leseprobe aus der ersten Ausgabe · September 2026.

Inhalt dieser Probe

03 · Dämpfung ist mehr als Müdigkeit	3
Quellen zum Auszug	6

Wichtige Hinweise. Vollständiges Kapitel 03 aus diesem Buch. Der Kapiteltext ist unverändert. Alle Fallpersonen sind erfunden. Der Auszug vermittelt Wissen und enthält keinen persönlichen Behandlungsplan.

Dieses Buch vermittelt allgemeines Wissen über Substanzen und Sucht. Es ersetzt keine persönliche medizinische Beratung, Diagnose oder Behandlung. Für diese Ausgabe liegt keine unabhängige medizinische Fachbegutachtung vor.

Inhaltsübersicht des Buchs

- 01 · Hinter einem kurzen Namen stehen verschiedene Geschichten
- 02 · GHB ist nicht GBL und GBL ist nicht 1,4-BDO
- 03 · Dämpfung ist mehr als Müdigkeit
- 04 · Warum Natriumoxybat ein Arzneimittel sein kann
- 05 · Mischkonsum verändert die ganze Situation
- 06 · Eine Vergiftung ist kein Schlaf, den man aussitzen kann
- 07 · Wenn aus einer Gelegenheit eine ständige Verpflichtung wird
- 08 · Entzug braucht eine andere Entscheidung als Vergiftung
- 09 · Behandlung endet nicht mit einer ruhigen Nacht
- 10 · Sexuelle Selbstbestimmung gilt auch nach freiwilligem Konsum
- 11 · Arbeit, Familie und besondere Lebenslagen
- 12 · Wissen in eine brauchbare nächste Handlung übersetzen
- 13 · Sieben Aufgaben zur Vertiefung
- 14 · Begründete Lösungen
- 15 · Hilfe im deutschsprachigen Raum
- 16 · Glossar
- 17 · Quellen

03 • Dämpfung ist mehr als Müdigkeit

Das Gehirn arbeitet mit vielen gleichzeitig aktiven Signalen. Manche fördern die Weitergabe von Erregung, andere begrenzen sie. GABA ist ein wichtiger hemmender Botenstoff. Seine Wirkung hängt davon ab, an welchen Rezeptor er bindet. Bei GHB spielen unter anderem GABA-B-Rezeptoren eine Rolle. Sie gehören zu anderen Signalwegen als die GABA-A-Rezeptoren, an denen Benzodiazepine ihre verstärkende Wirkung entfalten. Das erklärt einen wichtigen Grund, warum ähnliche Begriffe wie «beruhigend» keine Gleichheit der Substanzen bedeuten. Der genaue Mechanismus des therapeutischen Natriumoxybat-Effekts ist zudem nicht vollständig aufgeklärt. [1] [4]

Ein Rezeptor ist eine Empfangsstelle an oder in einer Zelle. Wird er angesprochen, verändert das die weitere Signalverarbeitung. «Hemmend» bedeutet dabei nicht, dass im ganzen Menschen ein einziger Schalter auf Ruhe gestellt wird. Unterschiedliche Netzwerke werden verschieden beeinflusst. Eine Person kann sich zunächst enthemmt, kontaktfreudig oder euphorisch fühlen und trotzdem bereits schlechter urteilen. Später kann die Dämpfung so weit reichen, dass Bewusstsein und Atmung beeinträchtigt sind. Das angenehme Erleben am Anfang ist kein zuverlässiger Indikator dafür, wie nahe eine gefährliche Wirkung liegt. [1]

GHB kommt auch in kleinen Mengen im Körper vor. Aus dieser Tatsache folgt keine Verträglichkeit beliebiger zusätzlicher Zufuhr. Körpereigenes Vorkommen beschreibt eine biologische Herkunft, nicht eine Sicherheitsgarantie. Dieselbe Denkfalle tritt bei vielen Stoffen auf: Eine Substanz kann Teil normaler Körpervorgänge sein und ausserhalb deren Regulation erhebliche Schäden verursachen. Entscheidend sind der veränderte Zustand des Organismus und die Folgen für seine Funktionen. «Natürlich» und «im Körper vorhanden» beantworten diese Fragen nicht. [1]

Die Konzentration eines Stoffes im Blut und seine Wirkung sind ebenfalls nicht dasselbe. Pharmakokinetik beschreibt Aufnahme, Verteilung, Umwandlung und Ausscheidung. Pharmakodynamik beschreibt, was der Stoff am Körper bewirkt. Bei GHB ist die Beziehung zwischen zugeführter Menge und innerer Exposition nicht über alle Bereiche proportional. In einer kontrollierten Studie an gesunden Männern wurden solche Beziehungen untersucht. Ihre Ergebnisse helfen, die begrenzte Vorhersagbarkeit zu

verstehen; sie liefern keine Sicherheitsgrenze für den Alltag. Unbekannte Konzentration, Begleitstoffe und Krankheiten kamen in diesem Versuchsrahmen nicht in derselben Weise vor. [5]

Nils fragt später, weshalb er sich noch recht klar fühlen konnte, obwohl andere seine Sprache bereits auffällig fanden. Das Beispiel zeigt ein allgemeines Problem der Selbstbeobachtung unter psychoaktiver Wirkung: Das Instrument, mit dem man die eigene Sicherheit beurteilt, ist selbst betroffen. Sein subjektiver Eindruck bleibt eine reale Erfahrung, aber kein objektiver Atem- oder Reaktionstest. Für Begleitpersonen ist deshalb beobachtbares Verhalten wichtiger als die beruhigende Versicherung «alles gut». Fehlende Ansprechbarkeit ist niemals durch einen freundlichen Gesichtsausdruck oder eine bekannte Konsumgeschichte erklärt.

Das Wissen über Rezeptoren soll Handlungssicherheit erhöhen, nicht die Illusion vollständiger Kontrolle erzeugen. Man muss keinen Rezeptornamen erinnern, um Hilfe zu holen. Man sollte aber wissen, dass ein aufputschender Stoff eine dämpfende Wirkung nicht verlässlich aufhebt und dass ein Medikament gegen die Wirkung einer anderen Stoffklasse hier kein allgemeines Gegenmittel ist. Molekulare Unterschiede werden besonders dann praktisch, wenn vermeintlich einfache Gegenmassnahmen versagen.

Verwandte Stoffe, verschiedene Notfallsituationen

AUSGANGSSTOFF UND SITUATION



Vergiftung

Schwere Dämpfung von Bewusstsein und Atmung möglich. Fehlende Ansprechbarkeit ist ein Notfall.

Entzug

Wegfall nach Anpassung: schwere Unruhe, Verwirrtheit oder Krampfanfälle möglich.

Unterschiedliche Entstehung - beide können sofortige medizinische Hilfe erfordern.

Umwandlung im Körper, keine Herstellungs- oder Einnahmeanleitung. Vergiftung und Entzug entstehen unter unterschiedlichen Bedingungen. Quellen: [1], [4], [6].

Quellen zum Auszug

[1] **KS-EB-GHB-S001** · [GHB, GBL & related compounds: literature review of harms](#). Fundstelle: Kapitel 3 Chemistry and pharmacology, PDF-S. 6-8; 7.74; Kapitel 9, insbesondere 9.26-9.38. Für C0031: 9.10-9.12, Druck-/PDF-S. 42-43 (Z1528-1551). 7.13-7.14, S.26, betreffen ausschliesslich postmortale toxikologische Interpretation. Gezielte Abschnitte gelesen, keine Vollektüre aller 91 PDF-Seiten. Historische UK-Rechtsdarstellung nicht als aktuelles deutschsprachiges Recht verwendet; heterogene Daten. Toxikologische Grenzen keine individuelle forensische Bewertung.

[4] **KS-EB-GHB-S004** · [Xyrem: EPAR product information](#). Fundstelle: Fachinformation 4.1, 4.3-4.6, 4.9, 5.1; PDF-S. 2-13, relevante Abschnitte. Produktbezogene Indikation, Warnungen und Studiendarstellung; keine pauschale lokale Erstattungs- oder Verfügbarkeitsaussage und kein nichtmedizinischer Einnahmeplan. Exakter therapeutischer Mechanismus nicht vollständig geklärt.

[5] **KS-EB-GHB-S005** · [Pharmacokinetics and pharmacodynamics of gamma-hydroxybutyrate in healthy subjects](#). Fundstelle: Indexierter Abstract: randomisiertes placebokontrolliertes Crossover-Design, 32 gesunde Männer; indexierter Ergebnis-/Diskussionsausschnitt zur Exposition. Grundlage sind Abstract und ausgewählte Textausschnitte, kein vollständiger Text. Keine vollständige Textauswertung; begrenzte gesunde Population, keine Alltagssicherheit oder Dosistabelle abgeleitet.

[6] **KS-EB-GHB-S006** · [Management of Withdrawal from Alcohol and Other Drugs: Clinical Guidance](#). Fundstelle: Kapitel 9, gedruckte S. 54-58 / PDF-S. 55-59, 9.1-9.4; keine Dosierungstabellen übernommen. Zugriff: 2026-09-09. Grenze: Australischer Versorgungsrahmen; keine deutsche/österreichische/schweizerische Zulassungsbehauptung. Evidenz für Langzeitfolgen und optimales Entzugsverfahren begrenzt.