

**Deze zevende editie van het Research Bulletin van de HOT/BSA staat in het teken van het 4th European Symposium on Substance Use and Abuse among University Students, dat Peter Vonk en Claudia van der Heijde hebben bezocht, in Bremen, Duitsland, op 26 en 27 juni 2014. Het bulletin staat, met links naar internet sites, ook op [www.studentenartsen.nl](http://www.studentenartsen.nl) onder praktijkinformatie.**



De conferentie, vond nota bene plaats op De internationale dag (26 juni) tegen drugsmisbruik en illegale drugshandel (UNODC).

<http://www.radiobremen.de/nachrichten/gesellschaft/weltdrogentag100.html>

#### **Hoeveel drugs/alcohol gebruiken studenten nu eigenlijk?**

Verschillende onderzoeken laten verschillende cijfers zien en leveren diensgevolge een andere indruk van het gebruik. Dit ligt waarschijnlijk deels aan de vraagstelling: in sommige onderzoeken wordt gevraagd naar de afgelopen maand, het afgelopen jaar of: "heeft u wel eens gebruikt?"

In het Parool van 15 aug 2014 gaf 25% van de Amsterdamse studenten (UvA, HvA en VU) aan geen alcohol te gebruiken: dat is dus 1 op de 4 studenten. Dit onderzoek (n = 332) is uitgevoerd door de dienst O+S van de gemeente Amsterdam, in opdracht van Het Parool, AdValvas en Folia.

<http://www.parool.nl/parool/nl/4/AMSTERDAM/article/detail/3719296/2014/08/15/Amsterdamse-studenten-zijn-geen-zuipkanonnen.dhtml>

Onze Studentengezondheidstest (UvA en HvA) laat echter een ander beeld zien. In de laatste ronde (n = 8.243) gaf zo'n 11% aan geen alcohol te drinken.

#### **Stress, maar weinig studenten nemen stimulantia**

De studenten in Bremen ervaren veel stress, maar volgens de Duitsers is het gebruik van stimulantia (men denke aan drugs als ritalin, amfetamine) om beter te kunnen presteren net zoals in Nederland een trend, maar geen massafenomeen. In Bremen gaf slechts 2 % van de studenten (n = 4.500) aan wel eens stimulantia te gebruiken. Dit cijfer is vergelijkbaar met de laatste ronde van onze Studentengezondheidstest (vraag naar 't gebruik van de afgelopen maand, ritalin 2%, amfetaminegebruik 3%). Vanzelfsprekend zal een hoger percentage verkregen worden als gevraagd wordt naar het

gebruik van het afgelopen jaar. (voorbeeld Duitsland zo'n 20%, n=2.600)

<http://www.spiegel.de/unispiegel/studium/hirndoping-jeder-fuenfte-student-nimmt-mittel-zu-leistungssteigerung-a-880810.html>

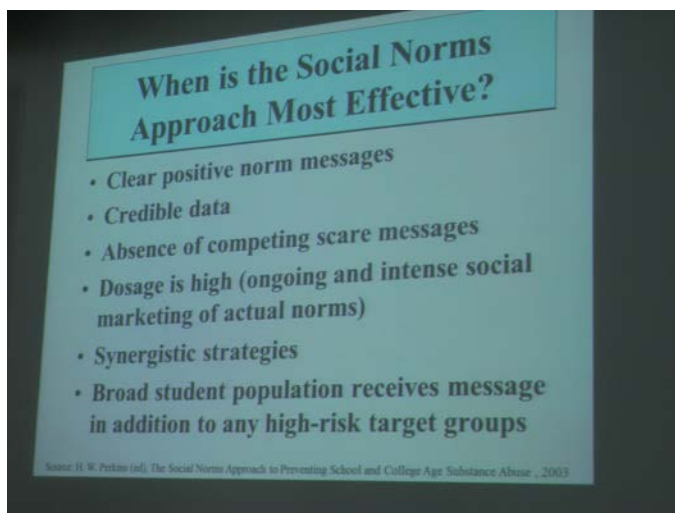
Er is een aantal oorzaken dat studenten tegenwoordig sneller grijpen naar zogenaamde *aufputschmittel* c.q. stimulantia Volgens de Duitse verslavingsexpert en psychiater John Koc is onder de huidige studenten vooral de subjectieve beleving van de prestatiedruk verhoogd. Dit in combinatie van het tegenwoordig meer beschikbaar zijn (bv in vergelijking met de 70 - 80'er jaren) van (illegale) stimulantia, die doorgaans gemakkelijk via internet te bestellen zijn. Studenten nemen deze middelen niet alleen om het langer vol te kunnen houden als er gepresteerd moet worden en in tijden van stress, maar tevens om tussendoor de concentratie te verhogen.

De risico's zijn echter de dips die er op kunnen volgen, lichamelijke ongemakken, en 't verhogen van kans op psychose of suïcide risico's. Studiestress kan het beste ondervangen worden door zaken als: genoeg slaap, sporten , gezonde voeding, en 't zoeken van hulp wanneer nodig.

Claudia Pischke, mede-organisator van het congres, vertelt dat de methode die vroeger werd gebruikt: het afschrikken en beleren m.b.t. het gebruik van stimulantia bij deze doelgroep totaal niet werkt. Wat wel werkt is het probleem realistisch benoemen en studenten voorlichten m.b.t. het drugsgebruik onder studenten. Daarbij worden middels de methode van subjectieve normen, studenten op de hoogte gebracht dat het eigenlijk wel meevalt met het druggebruik onder studenten. Het effect hiervan is dat de studenten hun gebruik ook kunnen aanpassen (dus bv niet meer drugs gebruiken omdat ze denken dat dat de norm is).

Dit programma is voor de liefhebbers nog eens geheel te bekijken op : (in 't Duits)

<http://www.radiobremen.de/wissen/themen/studenten-aufputschmittel100.html>



### Echt gedragsverandering realiseren?

Wesley Perkins (Hobart and William Smith Colleges in Geneva, New York) nam een belangrijke *key note speech* voor zijn rekening, waarmee hij aantoont dat er heel veel energie en tijd gestoken moet worden in gedragsverandering m.b.t. drugs- en alcoholgebruik bij de studentenpopulatie. Het is dus niet zo dat als een organisatie 1x een project heeft dat dit effect sorteert. Men zal echt jarenlang aandacht moeten besteden aan het onderwerp. Doorgaans zijn hier ook miljoenen dollars of euro's mee gemoeid.

### Onderzoek Bureau Studentenartsen

Claudia heeft 2 presentaties gegeven

### **Studying abroad: Health at risk for international students?**

Uit verschillende studies blijkt dat internationale studenten meer stress gerelateerde gezondheidsklachten laten zien dan Nederlandse studenten. In Amsterdam is dit ook zo (ook meer depressie en angstklachten). Naast zich aanpassen aan een nieuwe (studie)omgeving kunnen ze last hebben van cultuurschok, heimwee, etc. en leven deze studenten vaak geïsoleerder.

De internationale studenten in Amsterdam rapporteren meer dan andere studenten hasjiesj- en wietgebruik. Dat wil niet zeggen dat Nederlandse studenten geen drugs gebruiken, maar vaak weer meer andere, zoals extasy.

Het is niet helemaal duidelijk of de problemen al aanwezig waren toen deze studenten naar Nederland kwamen of dat ze zijn ontstaan door de uitwisselingservaring. Afgezien daarvan is het wenselijk dat mentoren, leeftijdsgenoten en docenten alert zijn op problemen bij deze doelgroep zodat tijdig doorverwezen kan worden naar studentenartsen en –psychologen. De Studentengezondheidstest kan voor deze groep ook een nuttige rol vervullen, niet voor niets is er ook een Engelse versie: studenthealtcheck.nl

Het in contact staan met andere studenten kan een beschermende factor zijn en wordt derhalve ook toegepast door studentenpsychologen in trainingssessies.

### **Problem patterns in drug using and drug free university students**

We hebben gekeken wat voor soort problemen studenten die drugs gebruiken en studenten die dat niet doen, rapporteren. Studenten die drugs gebruiken rapporteren een significant lagere studiesatisfactie. Er blijkt sprake van comorbiditeit: studenten die drugs gebruiken hebben ook vaak problemen

met alcohol en roken. Daarnaast melden ze significant vaker motivatieproblemen en problemen met het zelfvertrouwen of zelfbeeld. De studenten die geen drugs gebruiken geven ook specifieke problemen aan zoals gezonder willen leven, testangst en sociale of communicatieve problemen.

Opvallend was weer dat we reactie kregen op onze laconieke houding m.b.t. soft drugs, eigenlijk is deze term not done, en bestaan er alleen hard drugs volgens een aantal wetenschappers.



De Bremer stadsmuzikanten

### Conclusie van de conferentie

Een belangrijke conclusie van de conferentie is dat onderzoeksbevindingen vaak niet goed vergelijkbaar zijn omdat wetenschappers verschillende meetinstrumenten gebruiken. Standaardisatie is in deze dan ook noodzakelijk, zodat in de toekomst resultaten beter vergeleken en op waarde geschat kunnen worden. Wetenschappers zullen tevens de omslag moeten maken van het alleen rapporteren van cijfers over alcohol- en drugsgebruik naar projecten die daadwerkelijke gedragsverandering mogelijk maken (zoals de Studentengezondheidstest). Wat betreft het ontwikkelen van instrumenten is herkenbaar: subsidies om instrumenten te ontwikkelen zijn heel moeilijk te verwerven. Extra informatie over de conferentie is verkrijgbaar via de sectie Onderzoek, Ontwikkeling en Preventie.

#### Colofon

Aan deze editie werkten mee

Claudia van der Heijde, [c.m.vanderheijde@uva.nl](mailto:c.m.vanderheijde@uva.nl)  
 Peter Vonk [p.vonk@uva.nl](mailto:p.vonk@uva.nl)  
 Frans Meijman [fi.meijman@vumc.nl](mailto:fi.meijman@vumc.nl)

Sectie Onderzoek, Ontwikkeling & Preventie  
 Studentengezondheidszorg  
 Oude Turfmarkt 151,  
 1012 GC Amsterdam