

KATTENKWAAD OF GROOT KWAAD?

Tien miljoen mensen gebruiken dagelijks qat

Het in bezit hebben, verkopen en kauwen van qatblaadjes is toegestaan in Nederland. Maar is qat inderdaad een onschuldig middel of is er reden tot bezorgdheid? Onderzoekers waarschuwen voor gevolgen van langdurig én excessief gebruik. Zou qat verboden moeten worden en waarom?

ERICK VLOEBERGH'S



FOTO: JAN BANNING / HH

De laatste jaren verschijnen met enige regelmaat artikelen over de invloed van qat (*Catha Edulis Forsk*) op de gezondheid. De discussie spitst zich vooral toe op de mogelijke gevolgen van qat op de geestelijke gezondheid van gebruikers. Volgens Warfa, Bhui e.a. (2007) is er niets aan de hand en is er sprake van een morele paniecreactie. Het criminaliseren van het middel maakt dat de etnische gemeenschappen die van oudsher qat kauwen in de verdomhoek verdwijnen. Andere onderzoekers waarschuwen daarentegen voor de kwalijke gevolgen van langdurig én excessief gebruik van qat.

Qat is een milde drug, al eeuwenlang gebruikt in de Hoorn van Afrika en op het Arabisch Schiereiland

KOPJE KOFFIE

Qat is een milde drug, al eeuwenlang gebruikt in de Hoorn van Afrika en op het Arabisch Schiereiland. Door emigratie is qat wereldwijd verspreid. Inmiddels gebruiken tien miljoen mensen dagelijks qat. Jemen is er als grootleverancier zelfs economisch afhankelijk van. Uit onderzoeken in Groot-Brittannië blijkt dat een derde tot de helft van de Somalische migranten het middel regelmatig gebruikt. Qat kauwen is van oudsher een sociale aangelegenheid. In zeker opzicht is het vergelijkbaar met het kopje koffie tijdens een verjaardagsfeest. Tamelijk onschuldig dus, mits het met mate gebeurt.

Qat koopt men in bundels en het smaakt zachtzoet. Op YouTube is te zien hoe je het moet kauwen. De kleine, dunne blaadjes en de binnenste vezels van de twijgjes worden in de mond gestopt, afgewisseld met stukjes kauwgum. Na twintig minuten kauwen volgt het gewenste effect, dat ongeveer vier uur aanhoudt. Het middel veroorzaakt lichte euforie en opwinding. Volgens sommige onderzoekers ligt de sterkte tussen dat van koffie en amfetamines in, anderen beweren dat qat hetzelfde effect sorteert als ecstasy (xtc). De gebruiker wordt spraakzaam, alert en vrolijk. Hij heeft geen trek meer in eten en zijn pupillen zijn verwijd. Na een tijdje treedt een rustige fase op, deze kalmte houdt enkele uren aan.

Dat qat een lichte drug is betekent niet dat het geen ernstige gevolgen kan hebben. Bij langdurig en bovenmatig gebruik kunnen de volgende klachten optreden:

◀ **Tien miljoen mensen in de hele wereld kauwen dagelijks qatbladeren.**

nervositeit, snelle geïrriteerdheid ('kort lontje') en soms agressie, nachtmerries, gebrek aan eetlust, lusteloosheid en impotentie. Deze zelfde klachten volgen bij omhouding na langdurig gebruik.

VOORLICHTING HOOGNODIG

Immigratielanden als Australië, Groot-Brittannië en Canada hebben onderzoek laten uitvoeren naar de psychische gevolgen van qat. De onderzoeken tonen aan dat langdurig en excessief gebruik ernstige psychische consequenties kan hebben, zeker wanneer er sprake is van een kwetsbare mentale constitutie en slechte leefomstandigheden.

De groepen in Nederland die qat gebruiken, met name Somaliërs, hebben vaak te maken met een traumatisch verleden, verval en uitzichtloosheid in asielzoekerscentra of een moeizame integratie in de Nederlandse samenleving. Dit zijn bij uitstek leefomstandigheden die overmatig gebruik van qat in de hand kunnen werken.

Voorlichting is daarom hoognodig. Het gaat hier om informatie aan (potentiële) gebruikers over de gevaren van qat op de langere termijn. Maar het is eveneens be-

langrijk om medewerkers of hulpverleners op de hoogte te brengen van de risico's van qat.

WEL OF GEEN VERBOD

Tegenstanders menen dat qatgebruik moet worden verboden. Het is echter de vraag of het verbieden van qat de risico's van overmatig gebruik kan voorkomen. Bovendien vormt het gezamenlijk qat kauwen al eeuwenlang een sociaal bindmiddel en behoort het tot de traditie van grote groepen nieuwkomers als Somaliërs. Een verbod op qat betekent daarom tegelijkertijd de afwijzing van een sociaal gebeuren dat, zoals eerder aangegeven, vergelijkbaar is met een verjaardag of visite van vrienden of familie in Nederland.

Maar naïviteit is evenmin wenselijk. Hulpverleners die te maken hebben met groepen waarin qat kauwen tot de tradities behoort, dienen kennis op te doen over het middel en de risico's die eraan kleven. Bovendien zou een actief voorlichtingsbeleid op zijn plaats zijn. Voorlichting afgestemd op (potentiële) gebruikers en hun omgeving gaat misbruik van qat tegen en draagt ertoe bij dat een lange sociale traditie kan blijven voortbestaan. ●

Erick Vloerberghs is beleidsmedewerker internationaal bij Pharos. De literatuur waarop dit artikel is gebaseerd is op te vragen bij de redactie.

VIJF AANDACHTSPUNTEN

- 1 Qat is niet goed voor jonge kinderen of tieners.
- 2 Bij psychische problemen of een traumatisch verleden kan qat tot een psychose leiden of de aanwezige psychische problematiek maskeren. Maak een inschatting: gaat het om zelfmedicatie of is er meer aan de hand? Hoe verhoudt het gebruik van qat zich tot overige medicatie?
- 3 Sociale problemen of echtelijke ruzies kunnen een indicatie zijn van problematisch qatgebruik. Zoek uit of er bij klachten van burens of melding door de echtgenote of kinderen dat er problemen zijn, qat in het spel is. Zo ja, hoelang al en hoeveel geld gaat eraan op?
- 4 Let op alcoholgebruik. Sommige qatkauwers gebruiken alcohol om beter te slapen. Qat is immers een opwekkend middel. Deze gewoonte kan leiden tot een problematische vicieuze cirkel.
- 5 Alleengebruik is een indicatie van proble-



matisch qatgebruik. Qat kauwen heeft een sociale functie; wanneer iemand zich afzondert en het middel alleen op zijn kamer gebruikt, is dat sociaal afwijkend gedrag. Waarom gebruikt de betrokkene niet samen met andere leden van de gemeenschap?