

# Värt att veta

## Information om boffning & lustgas

från socialförvaltningen och stadens preventionssamordnare

### Varför ska du läsa vidare?

På senaste tiden har det förekommit allvarliga incidenter med unga kopplat till **boffning av drivgas**.

Flera myndigheter och yrkesgrupper har rapporterat en ökning av problem kopplade till **användning av lustgas** senaste åren. I Sveriges storstäder uppger 23 procent av eleverna i gymnasiet i att de testat lustgas.

Detta är **ett samlat informationsblad om riskerna** med att berusa sig genom att andas in gaser. Vi vuxna är viktiga för att vända trenden och kunskap är värdefullt i samtalet med ungdomar.

### Att andas in gaser eller ångor

Boffning och sniffning innebär att andas in gaser eller ångor. När preparatet når hjärnan uppstår ett rus som blir kraftigt efter omkring 10–15 inandningar. Att andas in gas istället för luft kan ge syrebrist vilket också gör användaren påverkad.

**Sniffning och boffning kan vara mycket farligt.** Även enstaka användning av vissa preparat kan leda till avsvimning eller dödsfall.

### Boffa

Att boffa är att andas in olika former av **gaser**, som propan eller lustgas. Propan finns bland annat som drivgas i torrshampo, deospray och doftspray. Lustgas finns i patroner avsedda för gräddsifoner eller större tuber. Gaserna fylls vanligen i en påse eller ballong att andas från.

### Sniffa

Vid sniffning, till skillnad från vid boffning, inhaleras **ångorna från flyktiga lösningsmedel** som exempelvis lim, eller bensin. Merparten av sniffningsmedlen är fettlösliga så de upptas snabbt i det centrala nervsystemet.

# Kortfakta om boffning



**A**

## Allvarligt

Boffning av sprayer kan i värsta fall leda till döden.

**N**

## Nerv- påverkan

På sikt kan lustgas ge nervskador.

**D**

## Drivgas

Det som boffas är olika former av drivgas.

**A**

## Affärer

I affären eller på nätet går det lätt att få tag på gaser att boffa.

**S**

## Syrebrist

Vid boffning är en akut risk att få syrebrist.

## Lätt att få tag på, svårt att upptäcka

Vilka produkter som unga boffar varierar. Det kan handla om deosprayer, doftsprayer eller torrschampo.

Gemensamt för dessa produkter är att de är lätta att få tag på i affären eller finns hemma och inte heller väcker någon uppmärksamhet. Eftersom ruset går över snabbt är det också svårt att upptäcka.



## Hur reagerar kroppen på boffning?

När du har boffat kan kroppen reagera med

- minskad muskelkontroll och sämre reflexer,
- skrattattacker,
- hallucinationer,
- hosta och rinnande näsa,
- huvudvärk, trötthet och lättretlighet.



## Akuta risker med att boffa

Syrebristen som uppstår när drivgas andas in påverkar inte bara hjärnan. Resten av kroppen stressas av syrebristen och adrenalin pumpas ut i kroppen. Hjärtat hamnar under hård press vilket kan leda till rubbningar i hjärtrytmen och i värsta fall hjärtstillestånd. **En överdos med ett akut hjärtstopp kan hända redan första gången någon boffar.** Om boffning kombineras med alkohol eller andra droger ökar också risken för överdos eller medvetslöshet.



### Ring 112

Om du misstänker att ett barn använt torr-  
schampo och har akuta symptom: är berusad,  
slö, hostar, har andningsbesvär eller svimmar.

## Vid regelbunden användning

Ett långvarigt användande kan ge hjärnskador, skador på lever, njurar och andra organ. Torr-  
schampo innehåller även  
partiklar som kan ge skador på luftvägar och lungor.

När någon som boffat mycket slutar kan huvudvärk, sömn-  
problem, frossa och kramper vara tecken på abstinens.

## Vad är lustgas?

Lustgas, eller dikväveoxid  $N_2O$ , används som bedövningsmedel vid förlossningar. Det säljs även lustgas som drivgas för gräddsifoner och den är inte utblandad med syre. Denna gas används för att bli påverkad.

Gasen är en växthusgas med stor miljöpåverkan och behållarna bidrar till problematisk nedskräpning.

## Tillgång till lustgas

Lustgas är idag inte narkotikaklassat i Sverige, men möjligheten att reglera försäljningen utreds 2023. Försäljningen sker via nätet, på vissa krogar och i anslutning till krogmiljöer utomhus. Det förekommer även på hemmafester.

Det finns små patroner och större gasbehållare och förekommer även i smaksatta varianter.



## Hur reagerar kroppen på lustgas?

Lustgasen andas oftast in genom en ballong och skapar ett rus på 1-2 minuter som ger avslappning och fnittrighet. Lustgas kan ge smärtlindring, en förvrängd ljudbild och hallucinationer. Många kombinerar lustgas med alkohol eller annan narkotika, vilket kan ge ett oberäkneligt rus.

## Akuta risker med lustgas

- **Falltrauma** - reflexerna att ta emot sig fungerar dåligt.
- **Syrebrist** med cirkulationspåverkan och medvetandeförlust (främst vid inandning i ett slutet system).
- **Köldskador** i mun och strupe vid inandning från gastub.
- **Brottsutsatthet** i samband med påverkan såsom rån, misshandel och sexuella övergrepp.



## Vid regelbunden användning

Lustgas är beroendeframkallande och vid konsumtion av större mängder under längre tid finns flera allvarliga risker.

- **Nervpåverkan** Vitaminet B12 i kroppen förstörs. Då finns risk för allvarlig påverkan på nervsystemet och ryggmärgen. Det kan leda till domningar eller svårigheter att gå eller röra sig.
- **Psykiatriska komplikationer** Såsom ångest, depression, psykos eller kognitiv påverkan.
- **Komplikationer på lungor och artärer** Bland annat ökad risk för blodproppar och stroke.

# Kontakt och stöd vid oro

## Fältassistenter och Ungdomsjouren

Stadens fältassistenter arbetar relationsskapande och uppsökande med ungdomar.

Ungdomsjouren söker upp ungdomar i riskmiljöer i city, i Järva och på ungdomsfester utomhus.

Kontaktuppgifter finns på [ung.stockholm/faltassistenterna](http://ung.stockholm/faltassistenterna).

## Mini Maria Stockholm

Om du är orolig för att ditt barn använder alkohol, eller andra droger kan du ringa Mini Maria Stockholms rådgivningstelefon. **Telefonnummer:** 08-508 437 10.

Läs mer på [socialtstod.stockholm/minimaria](http://socialtstod.stockholm/minimaria)

## Ring 112 vid akut oro

Vid akut påverkan när boffning misstänks, ring 112. Där kan du kopplas till giftinformationscentralen eller ambulans om sjukhusvård behövs.

## Maria Ungdoms akut— Telefon: 08-123 474 10

Akutmottagningen är öppen dygnet runt, året om.

Läs mer på [mariaungdom.se](http://mariaungdom.se)