

# Lachgasgebruik bij jongeren met een niet-westerse migratieachtergrond

## Belangrijkste onderzoeksresultaten en aanbevelingen voor preventie

De aanbevelingen in dit document komen voort uit een onderzoek naar lachgasgebruik bij jongeren met een niet-westerse migratieachtergrond. Dit onderzoek is uitgevoerd door het Trimbos-instituut in 2020. Het volledige rapport is hier te vinden. Hoewel dit onderzoek zich heeft gericht op jongeren met een niet-westerse migratieachtergrond, zijn veel van de aanbevelingen relevant in een bredere context.

### Jongerenwerkers en sleutelpersonen in de wijk

- Jongerenwerkers kunnen door een outreachende werkwijze, waarin ze dicht bij de jongeren staan, problemen signaleren rond lachgasgebruik. Door middel van veldwerk in buurthuizen, theehuizen, shisha-lounges, bekende hangplekken en via sociale media wordt contact gelegd en vertrouwen opgebouwd.
- Individuele jongeren die problematisch lachgas gebruiken kunnen waar nodig worden doorverwezen of ondersteund in de zoektocht naar hulp.
- Op wijkniveau kunnen jongerenwerkers overlast signaleren rond groepen jongeren die lachgas gebruiken. Zeker wanneer groepen jongeren in de wijk lachgas gebruiken, is het van belang om nauw samen te werken met andere partijen, zoals gemeenten, wijkagenten, (preventie) verslavingszorg. Op deze manier komen deze signalen sneller bij de juiste personen terecht, die er actie op kunnen ondernemen.
- Jongerenwerkers kunnen het gesprek aangaan met (groepjes) jongeren die zij lachgas zien gebruiken. Via een open gesprek kunnen eventuele zorgen over lachgasgebruik aangekaart worden. In individuele gesprekken met jongeren die problematisch lachgas gebruiken (vaak en/of veel) maken sommige professionals gebruik van motiverende gesprekstechnieken.
- Het is belangrijk dat informatie over lachgas niet breed en onder alle jongeren wordt verspreid. Gelukkig is het nog steeds zo dat de meeste jongeren het niet gebruiken. Voorlichting voor jongeren voor wie het niet bedoeld is kan ook tegenovergestelde effecten hebben. Als je er voor kiest om voorlichting te geven over lachgas, doe dat dan op maat en richt je zoveel mogelijk alleen op de gebruikers van lachgas.
- Sociale media speelt een belangrijke rol in de populariteit van lachgas. Jongeren zien video's en berichten van vrienden en artiesten waar lachgasgebruik in voorkomt. Ook posten ze foto's en video's van hun eigen gebruik. Dit kan bijvoorbeeld kopieergedrag in de hand werken en de indruk geven dat 'iedereen' lachgas gebruikt. Professionals kunnen jongeren helpen in het bijbrengen van sociale media vaardigheden. Er kan aandacht gegeven worden aan wat en waarom post je over lachgas, hoe je interacteert met posts van anderen en wat je doet als je informatie over lachgas (of andere middelen) tegenkomt.



- Je kunt zelf gebruik maken van sociale media om laagdrempelig contact op te nemen met een jongere (of een groepje), bijvoorbeeld naar aanleiding van een post over lachgas, of om een groep jongeren in beeld te houden. Het verspreiden van 'waarschuwend' berichten over lachgas via sociale media is niet voldoende en mogelijk ook niet effectief in het verminderen van lachgasgebruik.

### Hulpaanbod bij problematisch gebruik

- Uit de interviews blijkt dat er een drempel is om over problemen te praten. Personen in de sociale omgeving van jongeren kunnen signalen oppikken van problematisch gebruik en eventuele gezondheidsklachten. Geef deze personen (zoals docenten, ouders) handvatten om het gesprek aan te gaan, zoals de LSD-techniek: **L**uisteren, **S**amenvatten en **D**oorvragen.
- Zorg voor bekendheid van het hulpaanbod. Het is belangrijk dat jongeren die problemen ervaren door gebruik, weten waar ze terecht kunnen met hun hulpvraag. Dit kan gaan om online informatie via websites (bijvoorbeeld van het Trimbos-instituut of de regionale verslavingszorg), chatfuncties of telefonische informatielijnen zoals de Drugsinfolijn. Vaak kunnen via de preventieafdeling regionale verslavingszorg ook enkele ondersteunende gesprekken worden aangeboden. Omdat het geen behandeling is worden deze ook als meer laagdrempelig ervaren.
- Bij jongeren met een niet-westerse migratieachtergrond blijken relatief vaker psychosociale problemen te spelen naast het lachgasgebruik. Het specifiek richten op preventie van lachgasgebruik is voor bepaalde jongeren niet genoeg. Hulpverlening bij problematisch lachgasgebruik zal voor die jongeren ingebed moet worden in een breder hulpaanbod.
- Het is belangrijk dat professionals in de eerste lijn zoals huisartsen, fysiotherapeuten en SEH artsen kennis hebben van symptomen en gevolgen van lachgas, zodat ze deze kunnen herkennen en kunnen doorverwijzen naar specialistische hulp, zoals bijvoorbeeld een neuroloog.

### Versterken van de rol van de ouders

- Hoewel in de pubertijd de invloed van ouders kleiner wordt, hebben ouders altijd invloed op het gebruik van alcohol of drugs door hun kind. De rol van ouders is bij lachgas extra belangrijk, omdat lachgasgebruik vaak al op jonge leeftijd kan beginnen. Ondersteun ouders met kennis over lachgas, maar ook met vaardigheden zoals het herkennen van signalen van (problematisch) gebruik en gespreksvaardigheden. Meer informatie over lachgas is onder andere te vinden op [drugsinfo.nl](http://drugsinfo.nl). Op de website [helderopvoeden.nl](http://helderopvoeden.nl) staat informatie over de rol die ouders kunnen nemen met betrekking tot alcohol- en drugsgebruik door hun kind.
- Ouders met een migratieachtergrond zijn lastiger te bereiken. Zij komen minder vaak naar ouderavonden via school en weten online voorlichtingskanalen niet altijd te vinden. Neem daarom een actieve rol in het benaderen van de ouders (outreaching werken). Dit kan door bijeenkomsten te organiseren in een wijkcentrum, de moskee of andere ontmoetingscentra waar ouders veel komen. Dit kan ook via sleutelfiguren zoals jongerenwerkers, buurtvaders en -moeders en personen met aanzien binnen de gemeenschap zoals de imam.
- Uit het onderzoek blijkt dat ouders met een migratieachtergrond niet vaak met hun kind over lachgas praten en ook weinig kennis hebben van wat lachgas is. Zij voelen schaamte en taboe rond het thema lachgas, waardoor het minder makkelijk is om hier open over te praten. Verlaag de drempel tot het thema lachgas, door het onderwerp in een breder kader van gezondheidsthema's in te bedden. Een voorbeeld hiervan is een ouderavond waarin ook zaken als gezonde maaltijden, gamen en algemene opvoedvraagstukken besproken worden.

## Colofon

Trimbos-instituut  
Postbus 725  
3500 AS Utrecht  
T: 030 – 297 11 00

**Financiering**  
Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport (VWS).

**Auteurs**  
Desirée Spronk  
Laura Nijkamp  
Martha de Jonge

**Vormgeving**  
Canon Nederland N.V.

**Beeld**  
[gettyimages.nl](http://gettyimages.nl)

**Bestelinformatie**  
Deze factsheet is gratis te downloaden  
via [www.trimbos.nl](http://www.trimbos.nl).

**Artikelnummer:** AF1829

**Copyrights Trimbos-instituut**  
Alle rechten voorbehouden. Niets uit  
deze uitgave mag worden veelevoudig  
of openbaar gemaakt, in enige vorm  
op enige wijze, zonder voorafgaande  
toestemming van het Trimbos-instituut.