

OPTIMIERT, STRESSFREI UND HIN UND WIEDER HIGH?

Larissa J. Maier, PhD

 @maier_larissa

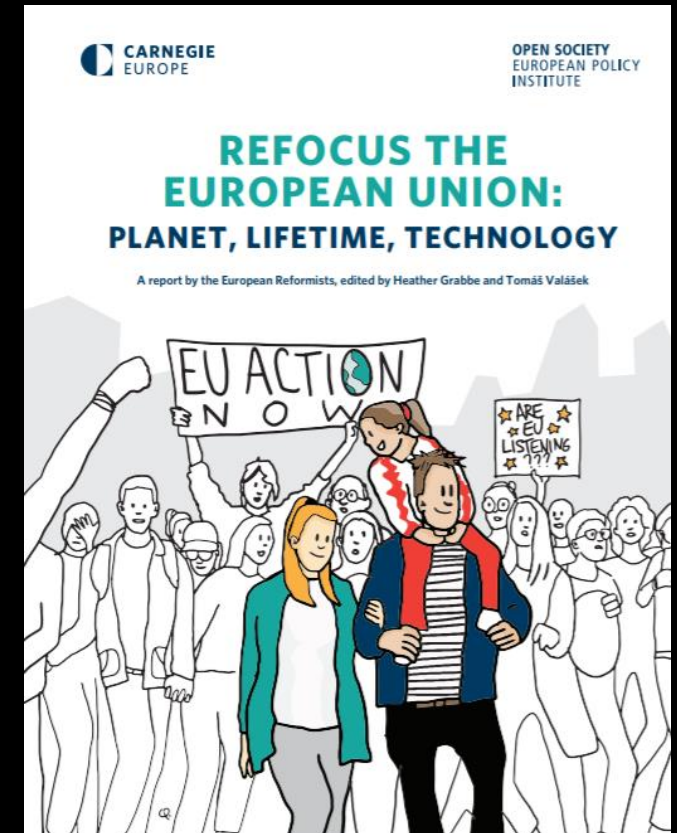
We are what we repeatedly do.
Excellence, then, is not an act,
but a habit.

Durant (1926)



REFOCUS THE EU

- **Planet** – Sustainability & Climate Change
- **Lifetime** – Work Transitions & Healthy Aging
- **Technology** – Democracy, AI & Security

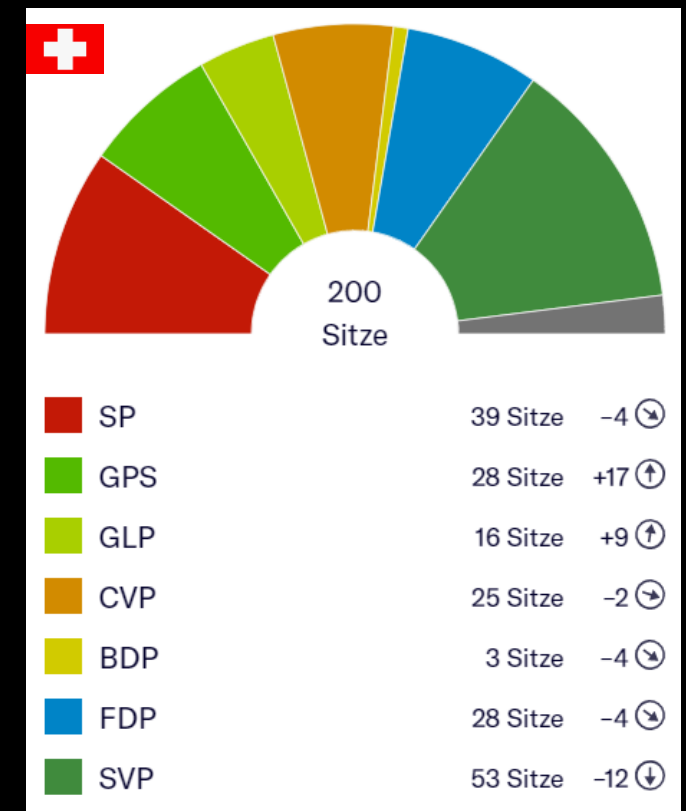
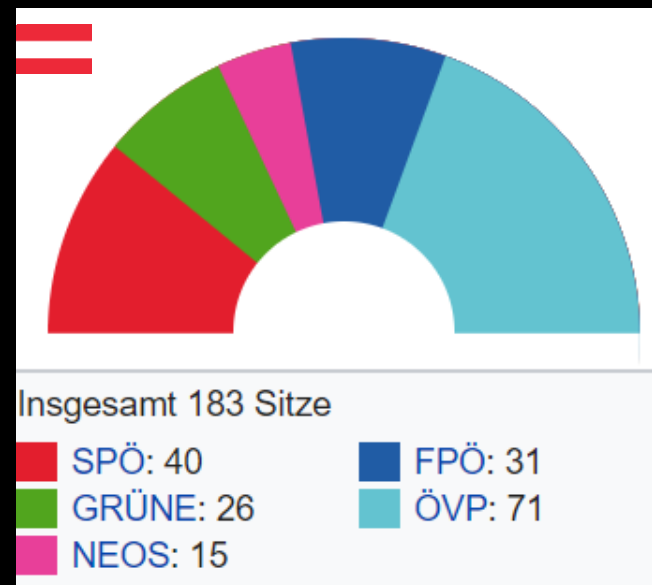


Grabbe & Valasek (2019)

NATIONALRATSWAHLEN

- 8,86 Mio Einwohner*innen
-  Wahlen am 29.09.2019
- Wahlbeteiligung **75,6%**
- Lebenserwartung **80,89**

- 8,74 Mio Einwohner*innen
-  Wahlen am 20.10.2019
- Wahlbeteiligung **45.1%**
- Lebenserwartung **82.90**



BEDINGUNGSLOSES GRUNDEINKOMMEN

- Ungleichheit
- Unsicherheit
- Private Schulden
- Stress
- Rutsch in prekäre Verhältnisse
- Automatisierung
- Auslöschung & ökologischer Kollaps
- Neo-Faschismus & Populismus



1200.-€

Volksbegehren 2019



tbd

Abgelehnt 2016

IN DEN MEDIEN

Neuro-Enhancement: Durch Pillen das Hirn hochfahren

Um den Anforderungen der Leistungsgesellschaft gerecht zu werden, dopen Menschen in immer größerem Ausmaß. Welche Rolle spielt der Trend in Österreich?

Lisa Breit 14. Februar 2019, 13:00 62 Postings

DER STANDARD



KURIER

POLITIK INLAND

10.03.2019

Hirndoping: Wann Leistungssteigerung im Beruf gefährlich wird

Psychiater Siegfried Kasper über die Auswirkungen von chemischen Substanzen im Alltag und wie sie das Sozialleben beeinflussen.

von Ingrid Teufl

BESSERE LEISTUNG UM JEDEN PREIS?

- Menschen wollen schon seit je her ihre Leistung verbessern
- In der **Schule** sollen gute Noten erreicht werden, diese werden belohnt
- Der Stress im **Studium** hat seit der Bologna-Reform zugenommen
- Der Stress am **Arbeitsplatz** hat zugenommen



Raschle (2014)

KOSTENLOSES ERFOLGSREZEPT

Schlaf

Selbstdisziplin

Stressmanagement

Support

Sport

Seele

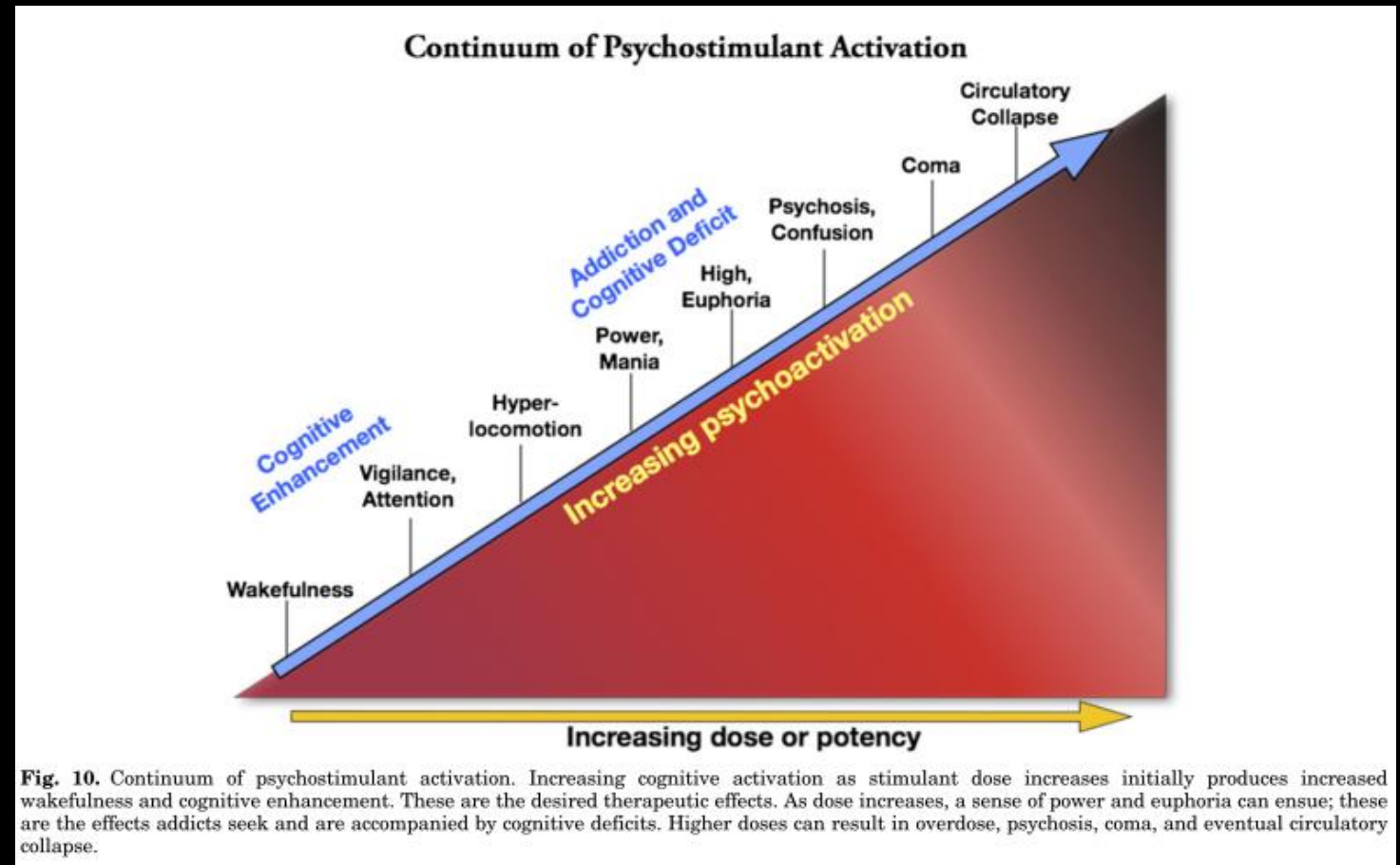
COGNITIVE ENHANCEMENT

- Kognitionstraining
- Achtsamkeit
- Technologie
- **Pharmakologie**
 - **Nichtmedizinischer Konsum von verschreibungspflichtigen Medikamenten**
 - **Konsum von Alkohol und illegalen psychoaktiven Substanzen**
 - Konsum von frei erhältlichen Substanzen (Soft-Enhancement)

...zur kognitiven Leistungssteigerung

WIRKUNGSVERLAUF STIMULANZIEN

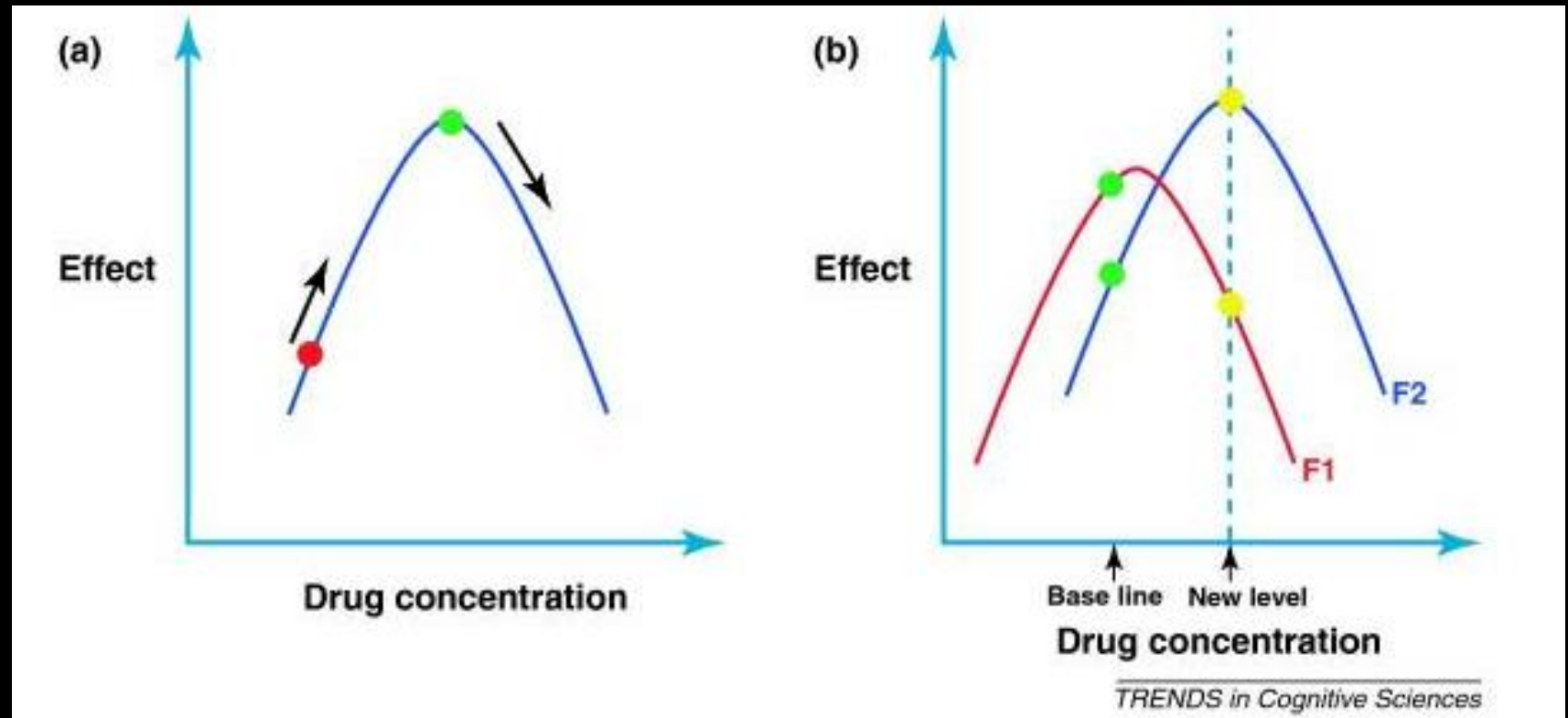
«Die Dosis
macht das Gift»



Wood et al. (2013)

WIRKSTOFFKONZENTRATION

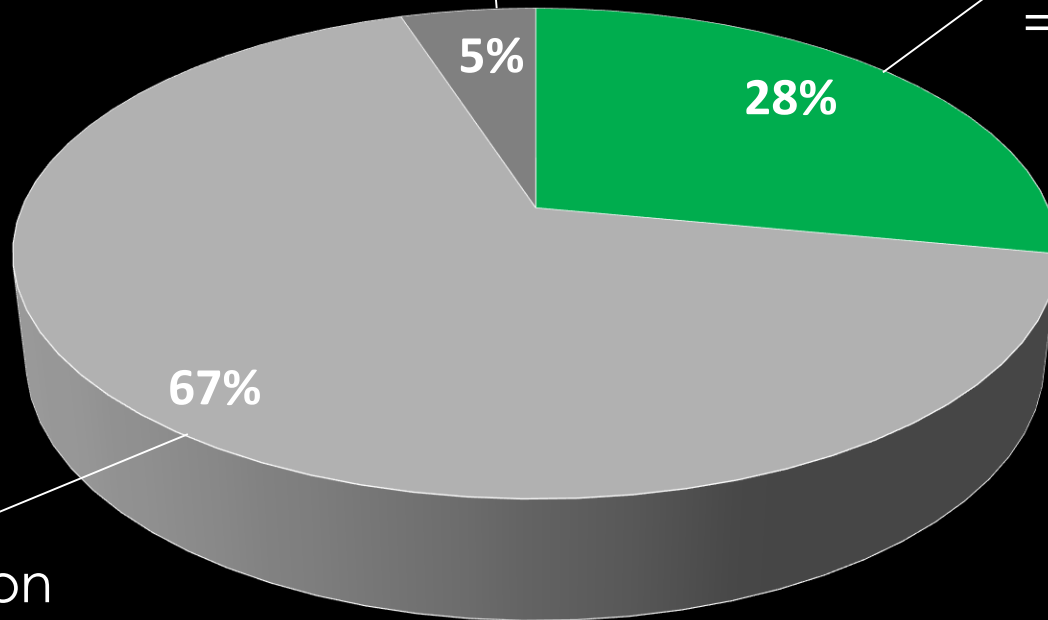
Unterschiedliche
Effekte auf
verschiedene
kognitive
Funktionen.



VERSCHREIBUNGSPRAXIS

Aufklärung über Risiken,
dann **Ausprobieren**

Keine Indikation
= keine Verschreibung

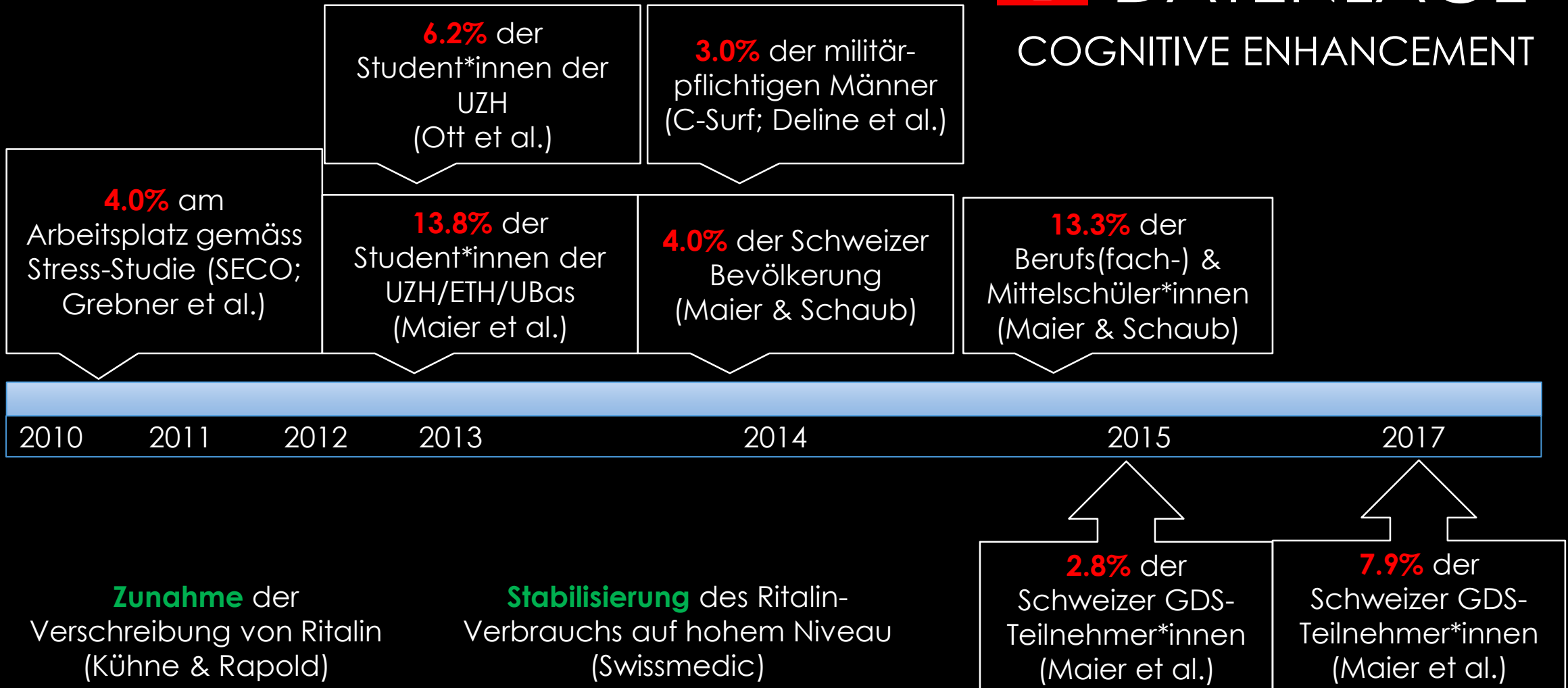


Keine Indikation
= keine Verschreibung
Ausnahme
= großer Leidensdruck



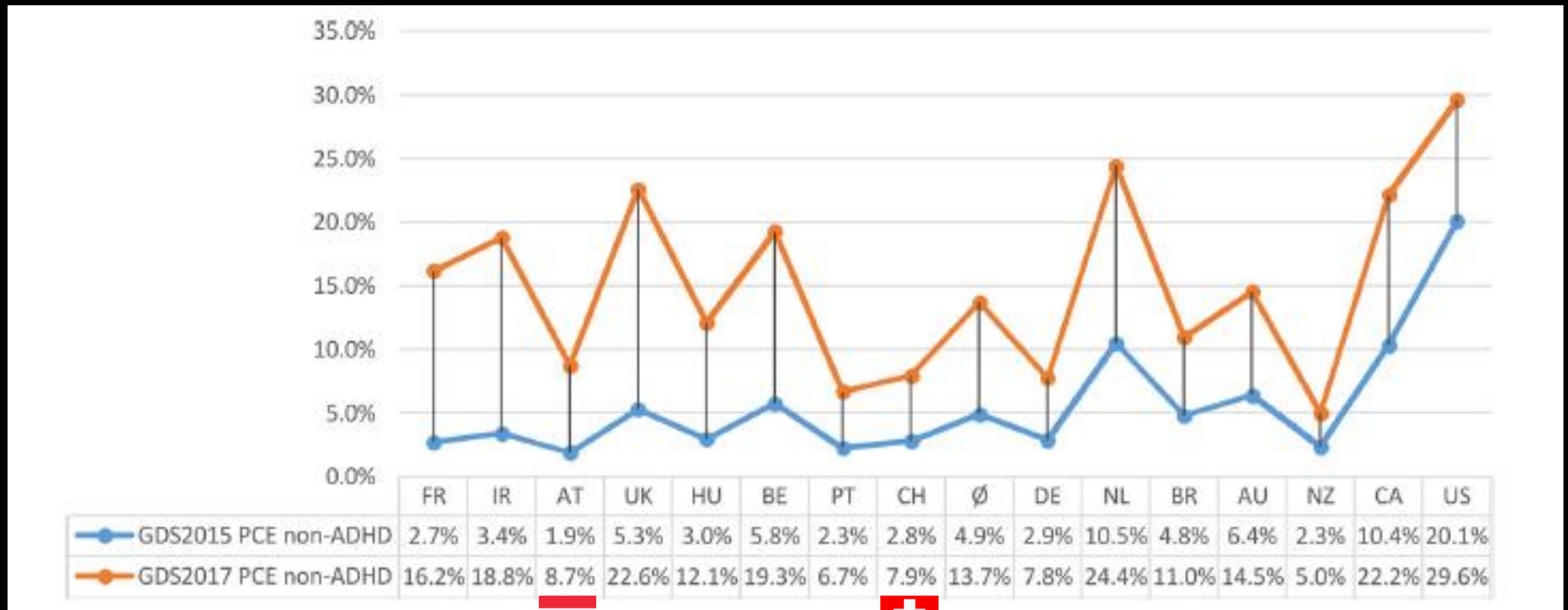
DATENLAGE

COGNITIVE ENHANCEMENT



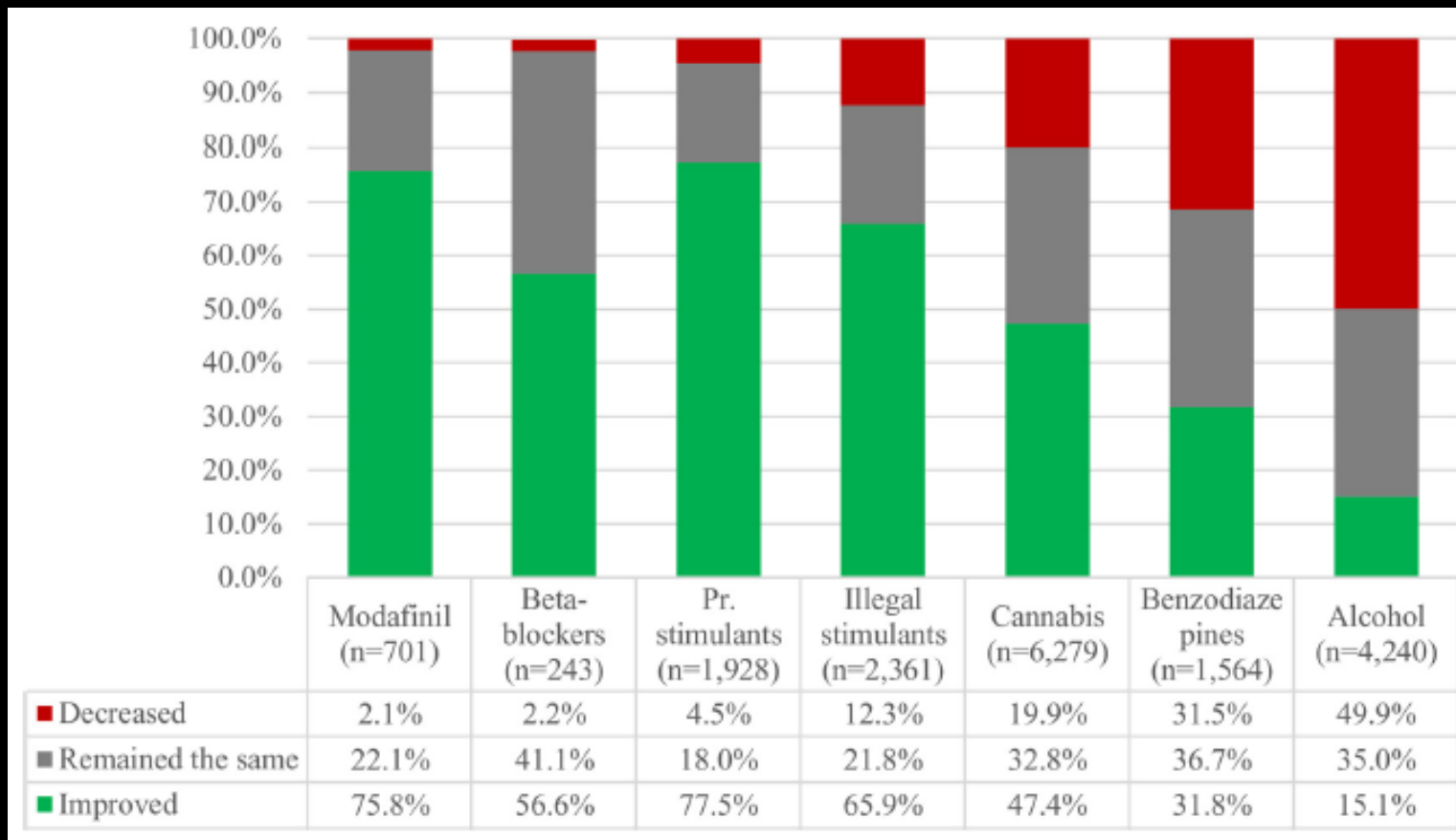
RELATIVE ZUNAHME GDS2015-2017

COGNITIVE ENHANCEMENT



SUBJEKTIVE LEISTUNGSEINSCHÄTZUNG

COGNITIVE ENHANCEMENT



PERSÖNLICHKEIT

COGNITIVE ENHANCEMENT

- Korrelation mit Narzissmus? ▲
- Persönlichkeitsprofil vergleichbar mit Kokainkonsumierenden?
- Neugierde (↑)
- Impulsivität (↑)
- Machiavellismus (↑) ▲
- Empathie (↓↑)
- Soziales Netzwerk (↓)
- Prosoziales Verhalten (↓) ▲
- Belohnungsabhängigkeit (↓)

NEUE TECHNOLOGIEN

- Social Media       ...
- AI & Virtual Reality
- Neue Konsumformen: Vaping & Dabbing
- Neue Behandlungsformen: Elektrische Stimulation
- Neue Dokumentationsformen: Elektronisches Patientendossier
- **Innovation**
- **Digital Health**

- International Cannabis Toolkit Workshop
- International Symposium on Drug Checking
- Guided Technology Tours – Apps, VR, Social Robots, Wearables



LISBON ADDICTIONS 2019

Third European Conference on Addictive Behaviours
and Dependencies

Lisbon Congress Centre

23-25 October 2019



#GDS2019 #KNOWYOURDRUGS

GLOBAL DRUG SURVEY 2019

PROMOTING HONEST CONVERSATIONS ABOUT DRUG USE

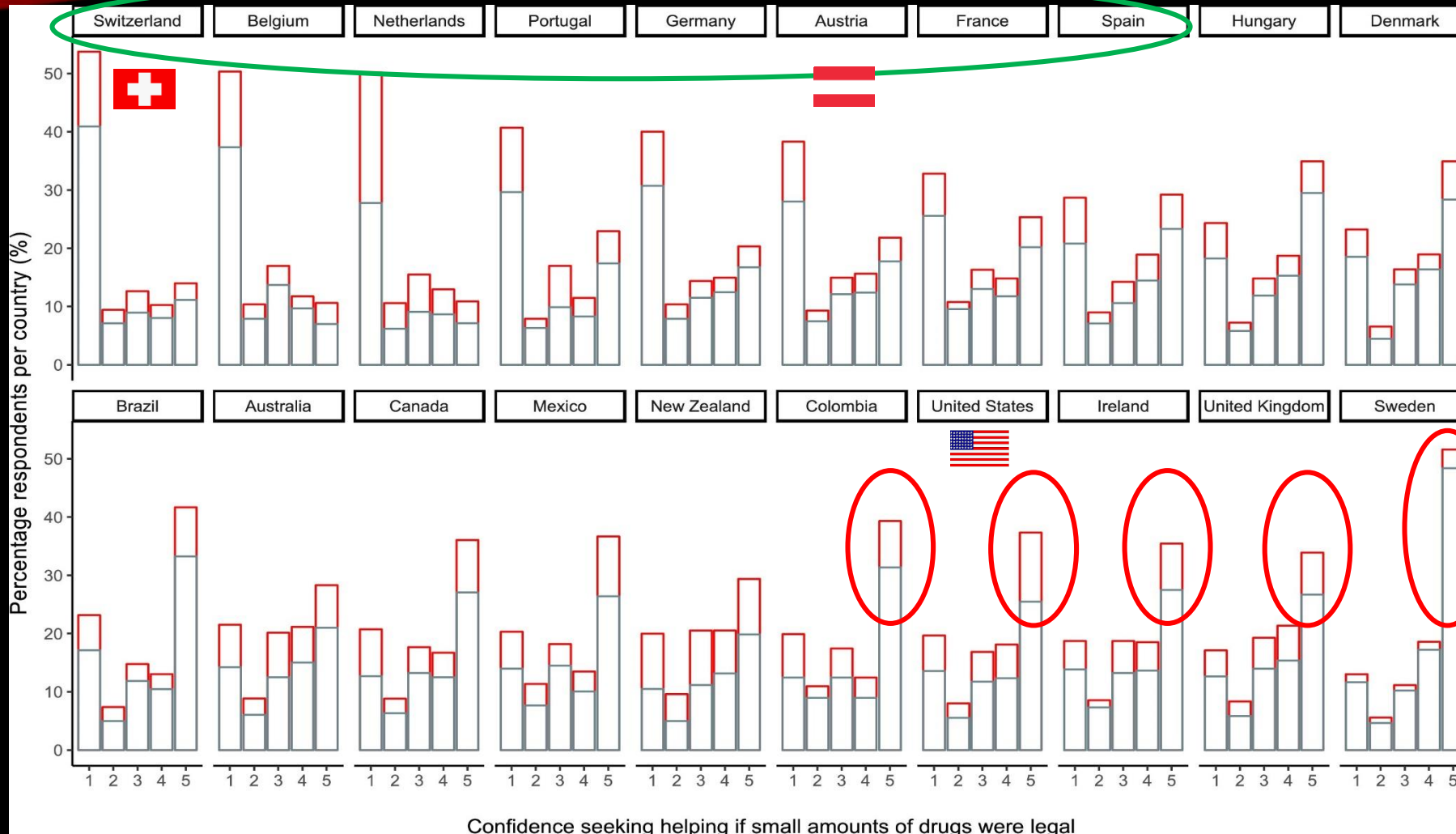
LAUNCH SURVEY

109.107



Adam R. Winstock – Larissa J. Maier – Jason A. Ferris – Monica J. Barratt

Europäische Länder mit
partieller/vollständiger
Dekriminalisierung



HELP-SEEKING BEHAVIOR VS. DRUG POLICY

Prohibition

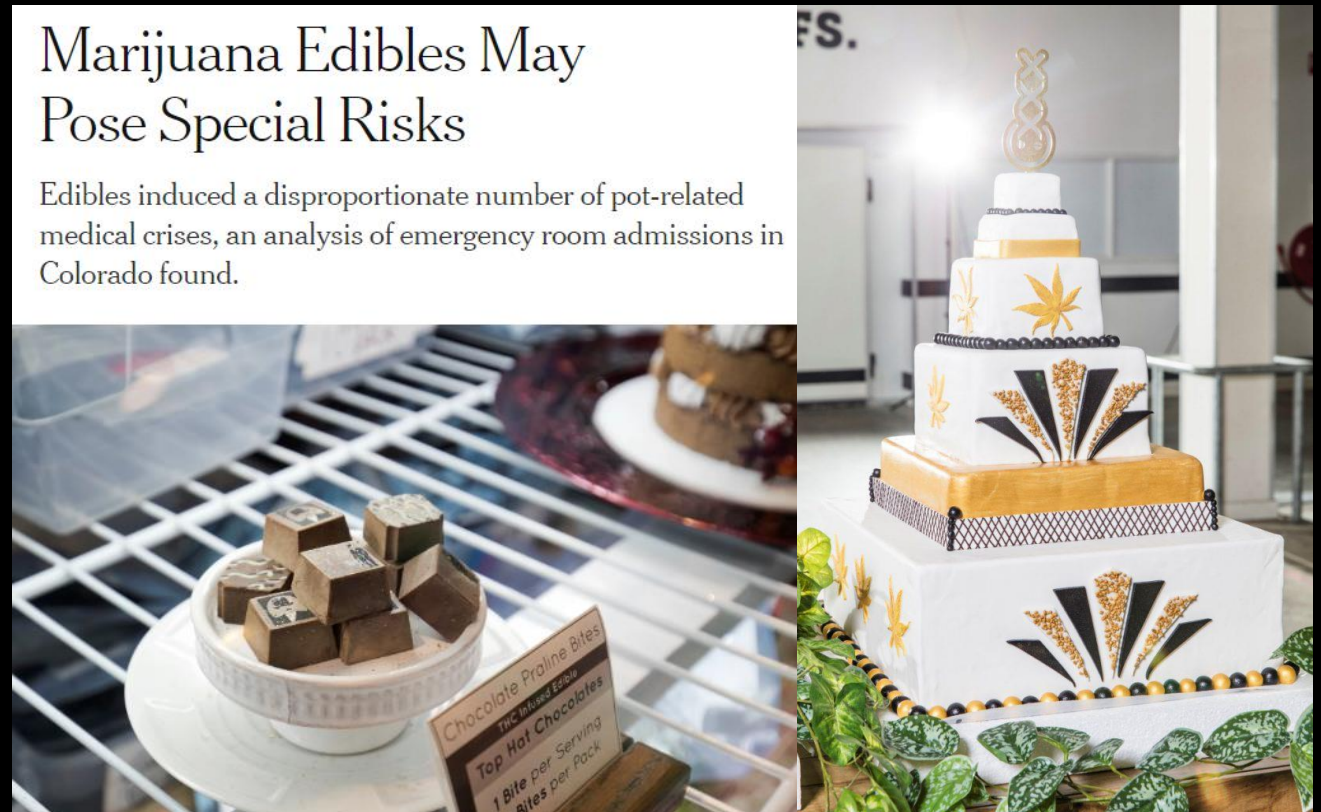
1 = would not change
5 = would be much more likely to seek help for substance use issues

Benfer et al. (2018)

CANNABIS EDIBLES

- Lebensmittel mit THC
- Freizeit vs. Medizin
- Ziel = Kontrollierter Konsum
- Verspätete Reaktion
- Graduelle Steigerung Potenz
- Akute psych. Symptome
- Überdosis

Monte et al. (2019) *Annals of Internal Medicine*



New York Times (03/2019)

Boerejongens (2019)

GO HARD OR GO HOME

- Michelin Star **Spacetry**
- In Amsterdam sind **Kuchen, Brownies**, und **Cupcakes** mit THC legal – Schokoladenriegel & Candys sind illegal (geduldet in den meisten Staaten in Amerika wo Cannabis legalisiert ist)
- Effekt nach **1.5 Stunden**
- Effekt dauert **6-8 Stunden**



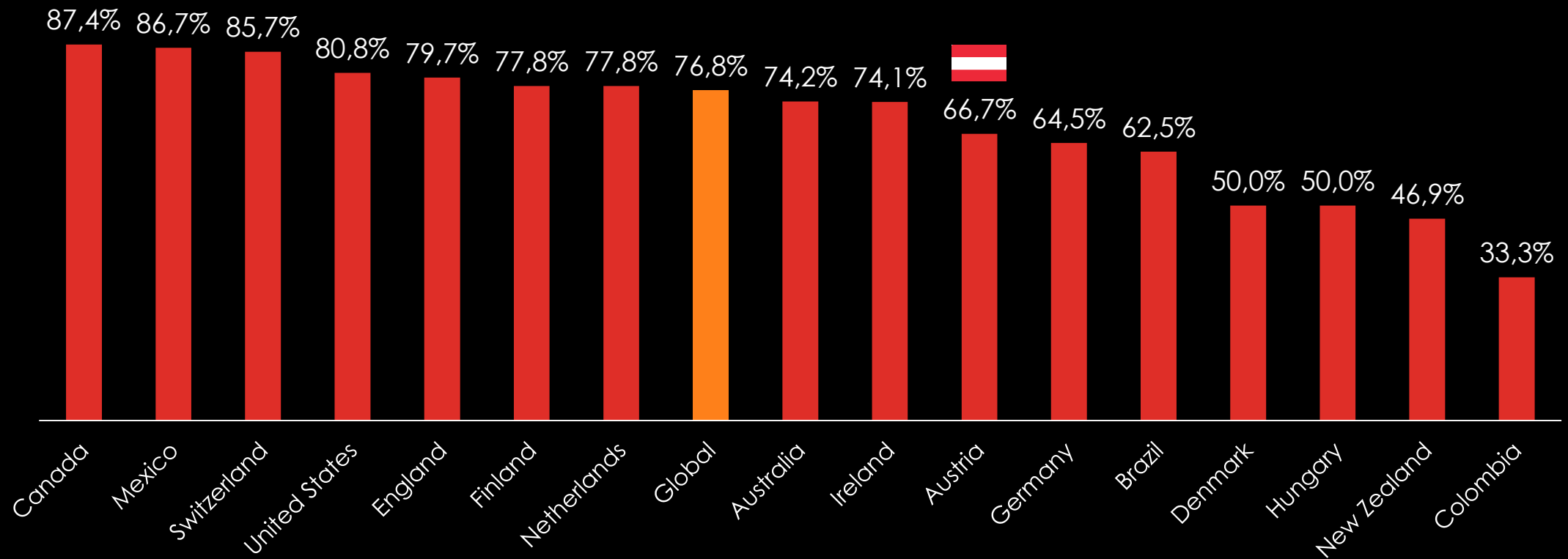
UNVORHERSEHBARE EFFEKTE



WISSEN ÜBER ZUSAMMENSETZUNG UND
DOSIS ALLEIN REICHT OFTMALS NICHT...

KONSUM VON EDIBLES >10 MG

- **16.0%** konsumieren Edibles > 60 mg



NACHTLEBEN IN EUROPA

- Nachtclubs schliessen um 3 – 9 Uhr
- Spezielle Afterhour-Locations
- **Vermeehrt 24-Stunden-Lizenzen**
- Uneingeschränkter Alkoholausschank
- Rauchen meist verboten
- Etablierte Koalitionen



NACHTLEBEN IN DEN USA

- Prohibition – Speakeasies
- Nachtclubs schliessen um 2 – 4 Uhr
- Öffentliche Afterhour Events selten
- **Keine 24-Stunden Lizenzen**
- Last Call (Alkohol) um **2 Uhr**
- Rauchen nicht erlaubt
- Fehlende Koalitionen



TIMING & KONTROLLE



Scott Wiener  @Scott_Wiener · 5 Std.

As we near Xmas, let's give the gift of great nightlife. Yesterday, I introduced SB 58, allowing 9 cities to extend nightlife to 4 am. Gov Brown vetoed the same bill this year, saying it'd lead to "mischief & mayhem." No, it won't. It'll lead to great nightlife. We won't give up.

 Tweet übersetzen



23



16



182



San Francisco, Oakland, Los Angeles, Sacramento, West Hollywood, Long Beach, Coachella (Riverside County), Cathedral City (Riverside County) and Palm Springs

STARKE OPPOSITION

Alcohol Justice: Senator Wiener Randomly Adds Fresno to His Zombie 4 a.m. Bar Bill, SB 58 English ▾

NEW "Local Control" Video: 3rd Times the Harm - STOP SB 58

Research predicts 230% increase in alcohol-related fatalities, 179% increase in injuries from collisions in rush hours 5 a.m. & 9 a.m.

THE LATE NIGHT THREAT

SCIENCE, HARMS, AND COSTS OF EXTENDING BAR SERVICE HOURS



A report from California Alcohol Policy Alliance and Alcohol Justice
June 2018





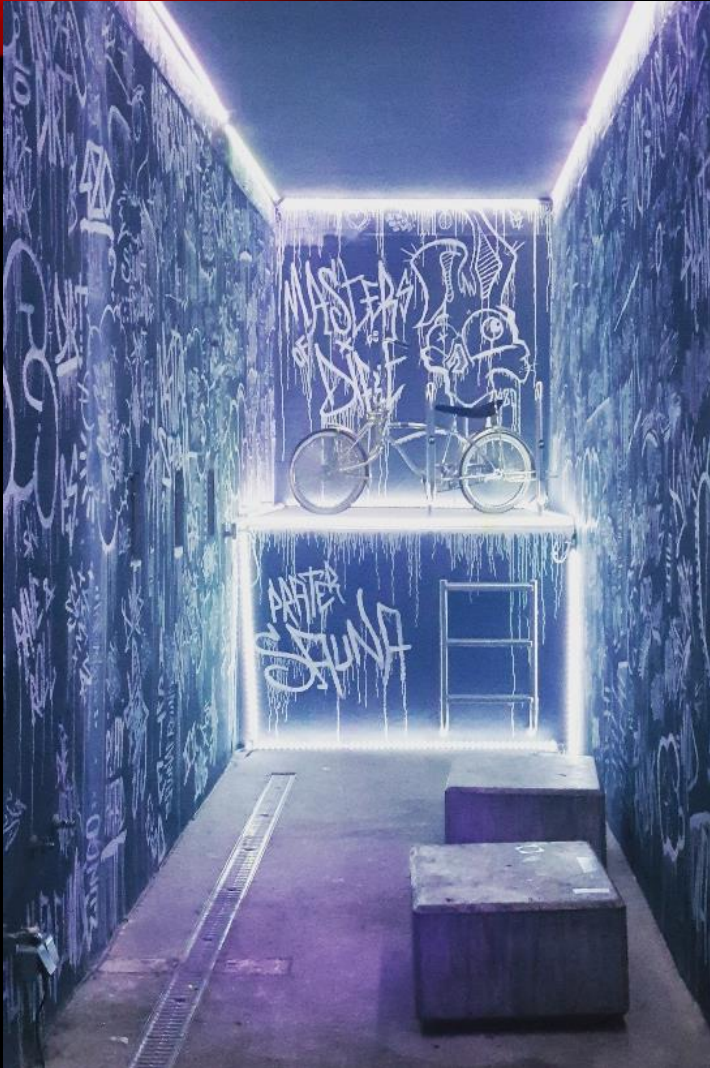
nightlife conference

NIGHTS 2019 - STADT NACH ACHT

📍 BERLIN // YAAM | HOLZMARKT | TRESOR 📅 28-30 November 2019



SUBSTANZKONSUM 2.0



- Effekt → Drug, Set und Setting
- Monitoring & Risiko-Assessment
 - **Dosis**
 - **Häufigkeit des Konsums**
 - **Mischkonsum mit anderen Substanzen**
 - **Motive für den Konsum**
- **Dynamische** Variation illegaler Drogenmärkte
- **Unbekannter** Inhalt und Reinheit

DRUG CHECKING

- Überdosierung
- Unerwartete Substanzen
- Wer wird erreicht?
- Wie werden die Resultate kommuniziert?

Warnung: extrem hochdosierte XTC's

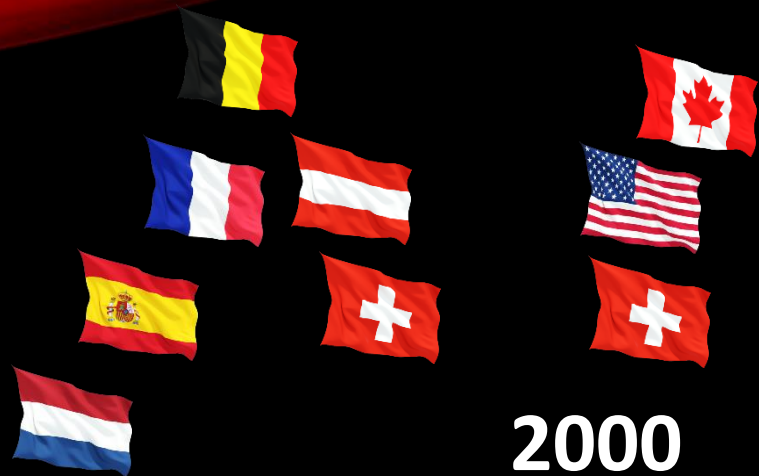
Logo	Red Bull
Gewicht	498.5 mg
Grösse	11.2 x 7.1 mm
Dicke	5.7 mm
Bruchrille	Ja
Farbe	Rot
Inhaltsstoffe	MDMA*HCl: 245.3 mg
Getestet in	Zürich (DIZ), 15. Oktober 2019



Warnung: 25B-NBOMe verkauft als LSD

Name	Unbekannt
Grösse	8.0x 8.1 mm
Farbe	Gelb, Blau, Schwarz, Grün
Inhaltsstoffe	25B-NBOMe*HCl: 1248.6 µg MDMA*HCl: 30.5 µg 2C-B*HCl: 22.0 µg
Bemerkungen	Bitterer Geschmack im Unterschied zu LSD!
Getestet in	Zürich (DIZ), 15. Oktober 2019





Barratt et al. (2018)



Global review of
drug checking
services operating
in 2017

1992



2013



WISSENSCHAFTSKOMMUNIKATION

- Betroffene & Angehörige
- Bevölkerung
- Politiker*innen
- International

CA Governor
Gavin Newsom



SPG Advocacy Day
Capitol Sacramento



CPDD Advocacy Day
Capitol Hill D.C.



SF Mayor
London Breed



- **Dialog**
- **Gemeinsame Sprache**

COMMUNITY-BASED PARTICIPATORY RESEARCH

= INNOVATIVE
SUCHTPRÄVENTION



Partizipative Einbindung der Zielgruppe



Training und Verantwortungsübergabe



Mixed Methods Design



Implementation



Ressourcenorientierung



Betroffenen eine Stimme geben

ZUKUNFTSMUSIK

- **Selbstwirksamkeit steigern**
- **Soziale Ungleichheiten reduzieren**
- **Innovative Suchtprävention und integrierte Suchthilfe umsetzen**
- Vernetzung von Praxis und Wissenschaft
- Früherkennung und Frühintervention bei problematischem Konsum
- Stigma reduzieren
- **Vernünftig regulieren**

LARISSA J. MAIER, PHD

Larissa.maier@ucsf.edu

 @maier_larissa

