

# Svamp

## Vad är det?

Svamp eller "magisk svamp" syftar oftast på svampar som innehåller psilocybin (4-fosforylioxi-DMT) och psilocin (4-hydroxi-DMT). [1][2] Sådana är till exempel toppslätskivling (psilocybe semilanceata), som växer också i Finland. [2] Psilocybinsvampar räknas till psykedelia. [3] I allmänhet äter man svamparna, antingen färska eller torkade.

**Legal status:** Psilocybinsvampar är narkotikaklassade. [4] Användning, inköp, försäljning och innehav av narkotika är förbjudet. [5] Högsta domstolen har slagit fast att svamp inte fyller kriterierna för synnerligen farligt narkotikum. [6]

**Utbredning och problemanvändning:** Omkring två procent av finländarna har provat på eller använt psykedelisk svamp. Användning av svamp är mer sällsynt än användning av MDMA men vanligare än användning av LSD. [7] Problemanvändning av svamp förekommer knappast alls. Akuta och kroniska skadeverkningar är sällsynta. [1]

## Hur verkar det?

Den verksamma substansen i svamp är psilocybin som i kroppen omvandlas till psilocin. [2][8] Substansen fäster vid hjärnans serotoninreceptorer. [2][8] Dessa är hjärnområden av central betydelse för känslor, minne, sinnen och självmedvetenhet. [9] Svamparnas verkningar ger sig till känna 30–60 minuter efter att dosen har intagits och varar i allmänhet 3–6 timmar. [1][10]

Samma mängd psilocybin kan i olika människor ge upphov till mycket olika reaktioner. [11] Verkningarna kan variera inte bara mellan individer utan också från gång till gång. [1] Dosisens storlek inverkar på både verkningarnas styrka och deras kvalitet. [3] Doseringen av svamp försvåras av att psilocybinhalten varierar stort mellan olika svampexemplar och svampsorter. [1][10][12]

**Psykiska verkningar:** Svamp har kraftig effekt på tänkande, känslor och sinnen. Uppfattningen om tid och rum förändras. Under påverkan av rusmedlet kan några minuter kännas som om flera timmar hade gått. Brukaren kan ha en upplevelse av att smälta in i omgivningen. Kommunikation försvåras i allmänhet och det kan kännas oöverkomligt att klara av vardagliga sysslor. Substansen framhäver de känslor och tankar som just då ligger överst. Känslorna kan svänga från ytterlighet till ytterlighet. Sinnena skärps vanligen och kan också uppgå i varandra (synestesi). [1][2][3][10][13]

Upplevelsen av att jaget och verkligheten splittras är vanliga, särskilt vid stora doser. I detta sammanhang är det ofta tal också om mystiska och/eller religiösa upplevelser. [2][3][10][13] Ibland klassas psilocybinsvampar som hallucinogener eftersom visuella sinnesförnimmelser påverkas. [2] Egentliga hallucinationer är i alla fall sällsynta och har oftast samband med stora doser. [8]

**Fysiska verkningar:** Svamp har ganska lite fysiologiska verkningar. Under ruset kan hjärtfrekvensen för snabbas och blodtrycket stiga. [1][3][10] Svindele, darrningar, illamående och kräkningar förekommer ibland. [10] Verkningarna av svamp liknar på det hela taget effekten av LSD.

**Medicinsk användning:** Svampars effekt på sinnesfunktioner har noterats också inom den psykiatriska forskningen. [3][10] Lovande resultat har fått av att använda psilocybin bland annat i vården av beroende [17][18] och av den ångest cancerpatienter upplever. [19] Men dessa undersökningar, som är beroende av tillstånd, har genomförts i kliniska, övervakade och trygga förhållanden: Psilocinsvamp är i Finland klassat som olagligt rusmedel och får inte utnyttjas som läkemedel vid egenvård.

## Huvudsakliga risker

**Akuta risker:** Svamp kan ge en verkligt kraftig upplevelse av skräck och ångest. Den viktigaste risken har samband med möjligheten till "snedtändning". [10] I så fall kan sinnesvillor och skräcken för att bli tokig utlösa en panikattack. [1][2] Sannolikheten för skräck- och ångestreaktioner växer med dosstorlek. [13] Svamp orsakar inte i sig problem med

mentalhälsan <sup>[14] [15]</sup> men kan akut lyfta svåra tankar, känslor och minnen till ytan. Obearbetade, obehagliga erfarenheter kan tynga sinnet i långa tider efter användningen. <sup>[1]</sup> Det är möjligt att användningen av psykedelia leder till psykotiska symptom personer med ärftlig benägenhet för detta. <sup>[10]</sup>

Brukarens sinnesstämning och användningsmiljön har anmärkningsvärt stor betydelse för psykedeliska rusmedel. <sup>[1] [8] [10]</sup> I praktiken betyder detta att intag av svamp i negativ sinnesstämning, orolig miljö och otryggt sällskap med stor sannolikhet leder till obehagliga upplevelser.

Så länge svampruset varar är verklighetsuppfattningen förändrad. Detta försvårar bedömning av de egna handlingarna och av tid och rum, vilket höjer olycksrisken. <sup>[1] [3]</sup> Risken för giftig överdosering av svamp är liten, såvida brukaren inte av misstag äter fel sorts svamp. <sup>[1] [2] [10] [12]</sup> Slätskivlingar är lätta att förväxla med till exempel trådskevlingar, av vilka en del kan vara dödligt giftiga i stora doser. <sup>[2]</sup> Svamp höjer tillfälligt blodtrycket, vilket kan utgöra en risk för dem som lider av hjärt- och kärlsjukdomar. <sup>[1]</sup>

**Risker med blandbruk:** Alkohol antas förstärka effekten av svamp. I så fall ökar också sannolikheten för obehagliga upplevelser av alkohol i kombination med svamp. MAO-hämmare, som utnyttjas bland annat i vården av depression, fördröjer nedbrytningen av psylocybin i kroppen. <sup>[1]</sup>

**Risker med riklig användning:** Så vitt vi i dag vet ger riklig eller långvarig användning av svamp inga fysiska skadeverkningar. <sup>[3] [10]</sup> Användning förefaller inte heller ge upphov till problem med mentalhälsan. <sup>[14] [15]</sup> Sinnesvillor som orsakas av psykedelia kan emellertid återvända som flashback flera månader efter användning. Företeelsen är i någon mån omstridd och har i första hand förknippats med LSD. <sup>[1] [3]</sup>

**Beroende:** Svamp orsakar varken fysiskt eller psykiskt beroende. <sup>[1] [2] [10]</sup> Om psykiskt beroende har emellertid också avvikande uppfattningar framförts. <sup>[2]</sup> En nästan obefintlig beroendepotential torde bero på att psylocybin knappast alls påverkar utsöndringen av dopamin. <sup>[3]</sup> Tolerans mot svamp och andra psykedelia växer mycket snabbt om användning pågår flera dygn i sträck. <sup>[1] [3]</sup>

**Användning under graviditeten:** Det är bäst att undvika svamp under graviditeten eftersom substansens verkningar på fostret är okända. <sup>[16]</sup>

## Hur kan riskerna minimeras?

Det är alltid riskabelt att använda rusmedel. Vad svamp beträffar kan risken minimeras genom att endast inta substansen i lugn sinnesstämning, trygg miljö och bekant sällskap, och helst inte alls. <sup>[1] [10]</sup> Omsorgsfulla förberedelser och nyktert sällskap bidrar till att förhindra panikreaktioner och olyckor. <sup>[2] [10]</sup> Om en person som är påverkad av svamp förefaller rädd eller ångestfylld hjälper det vanligen att prata lugnt och vänta. <sup>[2]</sup>

Varken svamp eller andra rusmedel ska användas om det i den närmaste släkten finns problem med mentalhälsan eller benägenhet för schizofreni. <sup>[1]</sup>

link

**Källor** ►

Källa till webbadress: <https://paihdelinkki.fi/sv/databank/snabbinfo/svamp>