

Wat is het?

Met de hand, een riem, een koord of een sjaal wordt de luchtpijp en/of halsslager dichtgeknepen. Hierdoor wordt de bloedtoevoer naar de hersenen onderbroken. De hersenen krijgen geen of nauwelijks nog zuurstof. Het gevolg is een bedwelming die tot bewusteloosheid kan leiden. De bedoeling is om de druk los te laten, nét voor het moment men bewusteloos valt. Wanneer de druk wegvalt, stroomt al het bloed ineens naar de hersenen. Dit geeft een warm en duizelig gevoel.

Jongeren doen dit voor de kick, niet met de bedoeling zichzelf te doden.

Wie doet het?

Kinderen en jongeren van 9 tot 16 jaar blijken hiertoe aangetrokken, vooral jongens.

Het gebeurt vaak in groep, waarbij groepsdruk een rol kan spelen om dit uit te proberen.

Risico's?

- Het is de bedoeling om de druk los te laten, nét voor het moment men bewusteloos valt. Dit moment is heel moeilijk in te schatten. Valt men toch bewusteloos, dan kan het lichaamsgewicht de knoop (ingeval riem, sjaal, touw) verder aanspannen, met de dood als gevolg.
- Het warme en duizelige gevoel is het gevolg van hersencellen die afsterven. Hoe langer de hersenen het zonder zuurstof moeten stellen, hoe groter de kans op blijvende hersenbeschadiging. Hersenen kunnen maximaal 4 à 5 minuten zonder zuurstof.
- Het zuurstoftekort in de hersenen kan een hartstilstand veroorzaken.
- Er is ook kans op een hersenbloeding, als bij het loslaten de bloedtoevoer plots te hoog is.
- De roes die het wurgspel teweeg kan brengen, kan verslavend zijn. Met het gevolg dat jongeren het wurgspel ook op hun eentje 'spelen'. Wat nog gevaarlijker is, omdat er niemand in de buurt is als de jongere bewusteloos valt.

Signalen?

Fysiek

- Sporen op de nek, rode plekken in de hals
- Kleine bloeduitstortingen in de ogen
- Veelvuldig hoofdpijn
- Gedesoriënteerd zijn
- Rood aangelopen gezicht en buiten adem zonder dat er sprake is van een inspanning

Andere

- Geknoopte sjaaltjes of riemen die zonder reden rondslingeren in de kamer
- Deur vaker op slot, behoefte om alleen te zijn

Waarom doen kinderen en jongeren dit?

Vanaf de leeftijd van 11-12 jaar komt de ontwikkeling van kinderen in een stroomversnelling terecht. De puberteit is een periode van belangrijke en vaak verwarrende ontwikkelingen op fysiek, psychisch, sociaal en emotioneel vlak. Al deze veranderingen kunnen een kind onzeker maken. Nieuwe vragen komen op hem af: wie ben ik, wat kan ik, wat wil ik, wat vind ik, ...

Kinderen en jongeren ontwikkelen zich door ervaringen die ze thuis, op school, met vrienden en in de maatschappij opdoen. Ze gaan experimenteren, beleven wat er te beleven valt en testen uit welke consequenties hun gedrag heeft. Met dit testgedrag leren jongeren hun gedrag en grenzen bepalen. Het is een manier om eigen standpunten te ontwikkelen, een eigen persoonlijkheid te worden.

Jongeren tasten grenzen af en proberen van alles uit met uiterlijk en kledij, met relaties en seksualiteit, met roken, alcohol en drugs,... Ze zijn hierbij heel vaak op het 'nu' en op zichzelf gericht, ze overschatten zichzelf en onderschatten risico's, ze denken dat hen niks kan overkomen.

Jongeren zijn ook nieuwsgierig. Gaan soms op zoek naar kicks. Ze dagen elkaar hier bij uit.

Wat kan u als ouder doen?

Wees alert. Weet waar uw kind mee bezig is. Hou toezicht op het computergebruik van uw kind.

Op internet (youtube, allerlei fora,...) circuleren allerlei verhalen en getuigenissen over het "wurgspel" of "jeu de foulard". Praat erover naar aanleiding van mediaberichtgeving, pols of dergelijke spelletjes ook op zijn/haar speelplaats gespeeld worden. Maak de risico's duidelijk. En stel duidelijke grenzen: dit is levensgevaarlijk, dit kan niet. Ondersteun jongeren om eventuele groepsdruk te weerstaan. Zoek samen met hen hoe ze kunnen reageren wanneer ze onder druk worden gezet om aan dit soort "spelletjes" mee te doen.

Meer informatie?

Contacteer De DrugLijn via www.druglijn.be of 078 15 10 20 (ma-vr 10-20u).