Information om lustgas

Användningen av lustgas som berusningsmedel har blivit vanligare bland ungdomar och unga vuxna. Många tror att lustgas är ofarligt, men det stämmer inte. Den som använder lustgas i berusningssyfte riskerar allvarliga skador på nervsystemet och hjärnan.



Giftinformationscentralen
SWEDISH POISONS INFORMATION CENTRE

Länsstyrelserna

Folkhälsomyndigheten

LÄKEMEDELSVERKET
SWEDISH MEDICAL PRODUCTS AGENCY

Vad är lustgas?

Lustgas är ett läkemedel som används som smärtlindring, till exempel vid förlossningar. Icke-medicinsk lustgas används som drivgas, huvudsakligen i gräddsifoner.

Vad behöver jag veta?

Lustgas har mellan åren 2021–2025 varit vanligt som berusningsmedel. Från den 1 juli 2025 gäller en ny lag som förbjuder försäljning av lustgas till personer under 18 år eller när det finns misstanke att gasen ska användas i berusningssyfte. Det är fortfarande tillåtet att sälja små mängder lustgas för till exempel gräddsifoner.

Lustgasen kan köpas i små silverfärgade patroner och stora tuber. Gasen inhaleras ofta direkt från patronen/tuben eller genom att fylla en ballong med lustgasen och sedan andas in från ballongen. Lustgasen ger ett rus på 1–2 minuter som skapar avslappning och fnittrighet. Det kan också ge smärtlindring och hallucinationer.

När lustgas inhaleras direkt från en gastub eller ballong får personen i sig koncentrerad gas. Detta skiljer sig från den lustgas som används inom vården – den är ut-blandad med syrgas och ges av utbildad vårdpersonal som kontrollerar mängden och styrkan. Användningen inom vården är dessutom begränsad i och med att lustgasen används vid ett enskilt tillfälle och kroppen och nervsystemet får tid att återhämta sig.

VAD KAN JAG GÖRA SOM VUXEN?

Prata med ungdomar och unga vuxna i din närhet om riskerna med att använda lustgas. Var även observant på om du hittar gasbehållare eller ballonger.

Vilka risker finns?

- Varje gång man använder lustgas förstörs det livsviktiga vitamin B12 som behövs för att bland annat bygga blodkroppar och skydda nervtrådar. Den största risken med lustgas ses vid upprepad användning eftersom kroppen inte hinner återhämta sig, vilket kan leda till allvarliga skador på nervsystemet. Symtom på detta är känselbortfall, domningar och nedsatt kraft i fingrar, händer, armar och ben samt besvär med att kissa på sig. Man kan få svårt att stå och gå.
- Andra symtom är ångest, psykos och svåra problem med minnet liknande demens. Det ger också ökad risk för blodproppar.
- Koncentrerad lustgas är väldigt kall direkt när den kommer ut ur behållaren – den kan vara nära 100 minusgrader och ge köldskador i munnen, matstrupen och luftvägarna. Man kan få svårt att andas och svälja en lång tid efteråt.
- När man andas in ren lustgas får man inte i sig något syre. Då kan man bli yr eller svimma kortvarigt. När man sedan andas luft igen får man i sig tillräckligt med syre och återhämtning sker normalt sett snabbt.
- Dödsfall vid lustgasanvändning är mycket ovanligt men förekommer.

Annat viktigt jag bör känna till?

- Det går inte att säga hur mycket lustgas man kan få i sig utan att det är farligt – det varierar från person till person. Ju mer lustgas man använder, desto större risk för allvarliga skador.
- En vanlig missuppfattning är att det räcker att ta extra vitamin B12 för att slippa biverkningarna av lustgas som berusningsmedel. Det stämmer inte – lustgasen förstör all vitamin B12, även det som tillförs via kosttillskott och mat.
- Det finns ingenting man kan göra i förebyggande syfte som gör lustgas mindre farligt att inhalera.
- Om skador uppstår till följd av upprepat lustgasbruk är den viktigaste åtgärden att sluta med lustgas, i kombination med utredning inom sjukvården.

Har du frågor om lustgas?

Här kan du få råd och svar på frågor om lustgas och andra droger.

Giftinformationscentralen – ring 010-456 67 00 eller besök giftinformation.se

Full koll – fullkoll.nu

1177 – ring 1177 för sjukvårdsrådgivning eller besök 1177.se

112 – om läget är akut, ring 112 och begär giftinformation.