



# LSD versus Alcohol

In de wereld van bewustzijnsveranderende middelen zijn alcohol en LSD twee stoffen die op fundamenteel verschillende manieren op het menselijk lichaam en geest inwerken.

Alcohol staat bekend om zijn vermogen om het *bewustzijn* te *verlagen*. Het remt de activiteit van het centrale zenuwstelsel, wat leidt tot gevoelens van ontspanning en verminderde remmingen. Dit kan prettig zijn in sociale situaties, maar gaat vaak gepaard met verminderde alertheid en concentratie.

LSD daarentegen *verhoogt* het *bewustzijn*. Het is een middel dat de perceptie kan verbeteren. Gebruikers rapporteren vaak een verhoogd gevoel van verbondenheid met hun omgeving en een verhoogd bewustzijn van hun eigen gedachten en gevoelens.

Het effect van alcohol op hersencellen is voornamelijk *destructief*. Chronisch alcoholgebruik kan leiden tot hersenschade, waaronder cognitieve achteruitgang en geheugenverlies. Alcoholmisbruik is gekoppeld aan de afbraak van hersenstructuren en de

vermindering van het volume van hersenweefsel.

In tegenstelling tot alcohol heeft LSD een *stimulerend effect op de groei van hersencellen* [1, 2, 3]. Onderzoek suggereert dat LSD de neurogenese (de groei van nieuwe neuronen) kan bevorderen en de plasticiteit van het brein kan vergroten. Dit kan bijdragen aan een verbeterd leervermogen en geheugen.

Alcohol is algemeen bekend om zijn *verslavende* eigenschappen. Regelmatig gebruik kan snel leiden tot lichamelijke en psychologische afhankelijkheid, wat resulteert in ernstige ontwenningsverschijnselen bij het stoppen met drinken.

LSD daarentegen heeft volgens één nationaal onderzoek en twee internationale onderzoeken *geen verslavingspotentieel* en kan bovendien helpen tegen een alcoholverslaving.

Alcoholgebruik kan leiden tot *stemmingswisselingen* en kan bestaande problemen zoals depressie en agressie verergeren. Hoewel het aanvankelijk gevoelens van euforie en ontspanning kan opwekken, kunnen de gevolgen op lange

termijn negatief zijn.

LSD heeft de neiging om de *stemming positief te beïnvloeden*, waarbij gebruikers vaak euforie, geluk en een verhoogd gevoel van zelfbewustzijn ervaren. Daarnaast kan LSD leiden tot introspectie, wat kan helpen bij persoonlijke groei en het oplossen van innerlijke conflicten.

De fysieke effecten van alcohol zijn aanzienlijk en omvatten coördinatiestoornissen, verlies van evenwicht, en verminderde motorische vaardigheden. Deze effecten maken activiteiten zoals autorijden extreem gevaarlijk tijdens het gebruik van alcohol. LSD daarentegen kan sensorische percepties versterken, wat leidt tot levendige visuele en auditieve ervaring.

**Youri Hazeleger**  
[joet@joet.nl](mailto:joet@joet.nl)