



ILLUSTRATIE ELLIANE GERRITS

Hersenpil

Bij een vriendin liggen ze op de keukentafel, vers van de apotheek, drie potjes Ritalin. Een voor elk van haar kinderen, twee middelbareschooleerlingen en een eerstejaars op de universiteit. Ze slikt een pil uit een van de potjes door met een glas water. „Mijn kinderen nemen vanwege de vakantie een medicijnpauze”, verontschuldigt ze zich.

Mijn vriendin is iemand die altijd als eerste aanbiedt de carpool te organiseren, elke dag vijf kilometer rent en ook nog vanuit haar huis een bedrijf runt. Ik begin nu te begrijpen waarom.

„Goh”, zeg ik, „ik wist niet dat jullie allemaal een aandachtstoornis hebben?”

„Het is echt een wondermiddel”, zegt ze enthousiast. „Je komt in één keer in een diepe concentratie. Je hoeft niet eerst een uur je Facebook te checken en nog een pot thee te zetten. Je krijgt zoveel meer gedaan op een dag.”

Ritalin en de variant Adderall worden hier net zo makkelijk voorgeschreven als neusdruppels. Je vult een vragenlijst in bij de huisarts: Friemel je met je handen of tik je met je benen? Heb je moeite taken en activiteiten te organiseren? Zit je zelden stil? Even later sta je buiten met een recept.

Er is veel te doen over deze „hersendrugs”. Universiteiten vragen zich af of tentamens halen onder invloed geen vals spelen is. De staats- en federale re-

Flessenpost uit de VS

Schrijfster Pia de Jong woont met haar gezin in Princeton, in de VS. Ze schrijft wekelijks over wat haar daar opvalt.

gering proberen het gebruik te controleren. Ritalin en Adderall vallen in een categorie drugs net onder cocaïne, methadon en opium. Er staat drie tot vijf jaar gevangenisstraf op als je ze illegaal gebruikt of verhandelt, zoals hier veel gebeurt.

„Zonder zo'n hersenpil sta je direct op achterstand”, zegt mijn vriendin. „Het is net als doping in de sport. Wil je winnen, dan kun je niet zonder. Wil je er niet een proberen?”

„Hoe zit het met de bijwerkingen?”, vraag ik.

„Tja”, zegt ze. „Ik verdenk mijn oudste ervan dat ze het gebruikt om af te vallen. Haar eetlust verdwijnt erdoor. Mijn middelste wordt heel druk als het is uitgewerkt. En mijn jongste krijgt enge dromen. Maar hun schoolprestaties zijn aanzienlijk verbeterd. Dat is veel waard. De competitie is zo groot.”

Alan Schwarz legt in zijn net verschenen boek *ADHD Nation. Children, Doctors, Big Pharma, and the Making of an*

American Epidemic uit hoe wijdverbreid het gebruik is en hoe krachtig de lobby. Wachtkamers liggen vol folders. De stoornis wordt actief gepromoot, ten koste van de mensen die echt lijden aan AD(H)D en ten faveure van de industrie. Hij wijst op de slachtoffers, de gebruikers met psychoses, soms met zelfmoord ten gevolg. Zoals de zanger Kurt Cobain die als peuter al Ritalin slikte, terwijl hij een bipolaire stoornis had en geen ADHD.

Ik sla het aanbod van mijn vriendin beleeft af. Ooit, toen ik hard moest studeren voor een tentamen, bood iemand me een pilletje speed aan. Onmiddellijk sloeg mijn hart op tilt. Ik heb paniekiger op mijn kamer de tijd uitgezeten tot het spul uitgewerkt was. Voordat ik me ertoe zet om deze honderd procent dopingvrije column te schrijven, check ik eerst Facebook, dan Twitter en chat met een vriendin. Allemaal verspilde tijd. Ik zet nog een kop thee en loop een rondje met de hond door de tuin. Dan, eindelijk, zet ik de eerste regel op papier. Puur natuur. Denkend aan mijn hypergeconcentreerde vriendin komen de slotregels van het liedje *Mother's Little Helper* van de Stones op in mijn hoofd: „They just helped you on your way, through your busy dying day.”

Reacties via pdejong@ias.edu