

MARIHUANA

1. Definicija in vrste

Marihuana je zelene, rjave ali sive barve.

Uporabljajo se posušeni narezani listi, stebila in cvetje, in sicer pomešano s tobakom. Je najbolj uporabljena prepovedana droga v Ameriki, Evropi in pri nas.

Po svetu se uporablja več kot 200 različnih izrazov, med najbolj znanimi so:

kanabis, trava, pot, herb, weed, grass, boom, Mary Jane, gangster, chronic, skunk, reefer, Aunt Mary, kif, ganja, skunk itd.

Vse vrste marihuane vsebujejo THC (delta-9-tetrahidrokanabinol), ki je glavna psihoaktivna kemična snov. Na človeka, ravno zaradi THC-ja, vpliva psihoaktivno, kar pomeni, da uživanje spremeni delovanje možganov in posledično povzroča zasvojenost.

Običajna marihuana vsebuje povprečno 3 % THC-ja, tako imenovana Sinsemila pa vsebuje tudi 25 % THC-ja.

Hašiš je lepljiva smola, pridobljena iz cvetov ženske rastline, in vsebuje povprečno 9 % THC-ja, maksimalno pa lahko doseže tudi 19 %.

Hašiševo olje je katranasta tekočina, pridobljena z destilacijo, in vsebuje cca. 19 % THC-ja, lahko pa doseže celo 27 %.

2. Uporaba

Marihuana se običajno kadi kot ročno zvita cigareta, v slengu *joint* ali *nejl*, ali v pipi. Uživa se lahko tudi s pomočjo vodne pipe, imenovane *bong*. Pogost način uživanja je tudi, da jo primešajo hrani (piškoti t. i. *cookies*) ali iz nje skuhamo čaj. Že nekaj let je v uporabi kombinacija marihuanskih cigaret ali cigar, znanih pod uličnim imenom *primus* ali *woolies*, ki vsebujejo *crack cocaine*. Tako imenovani *jointi*, pomočeni v PCP (phencyclidine), se imenujejo *happy sticks*, *love boat* ali *tical*.

3. Znaki, ki kažejo, da moj otrok uživa marihuano:

- vedro razpoloženje,
- odmaknjeno sanjarjenje,
- zadovoljna blaženost,
- slabitev spomina, koncentracije,
- zastoj znanja,

- izguba koordinacije,
- čustvene spremembe,
- krvave oči,
- potegnjenost vase,
- izostajanje od pouka,
- zanemarjanje šolskih obveznosti,
- izguba interesa za šport in druge najljubše dejavnosti,
- spremembe prehranjevalnih in spalnih navad.

Poleg tega je dobro biti pozoren na nekatere znake ali osebne predmete, povezane z drogami. To so: pipe, papir za zvijanje cigaret (papersi), neobičajna pretirana uporaba dezodorantov, uporaba kapljic za oči, nakit, oblačila, plakati, ki oglašujejo uživanje drog ipd.

4. Zakaj mladi uživajo marihuano?

Eden od razlogov je radovednost in želja po vključenosti v skupino oz. postati del skupine, se identificirati. Pri mladih, ki so že kadili tobak ali pili alkohol, je tveganje za uživanje marihuane večje. V družinah, kjer je prisotno uživanje alkohola in drugih drog, je verjetnost, da bodo tudi otroci uživali marihuano, večja. Med dejavnike tveganja sodijo tudi obremenjeni nerazumevajoči, odnosi med starši in mladostniki. K uživanju marihuane veliko pripomoreta tudi vpliv in prepričevanje vrstnikov v obdobju odraščanja.

K pogostim razlogom za poseganje po drogah zasvojeni navajajo lažje obvladovanje tesnobe, jeze, depresije, dolgočasje itd., vendar zatekanje v svet omame nikakor ni učinkovit način za obvladovanje čustvenih in življenjskih težav. Kompulzivno kajenje marihuane vodi v zasvojenost, kar sčasoma postaja glavni razlog za uživanje. Pri otrocih in najstnikih, ki so bili fizično in spolno zlorabljeni, je tveganje, da bodo posegali po drogah in uživali marihuano ter se bodo že zgodaj odločili za uživanje drog, večje kot pri drugih otrocih in mladih.

Po Kooymanu zasvojenost poganjajo štirje motorji. Prvi motor so družinske težave, drugi motor so osebne težave, tretji motor je družbeni vidik in četrti motor je drogiranje, omamljanje.

5. Ali vodi uživanje marihuane k drugim drogam?

Longitudinalne raziskave srednješolcev kažejo, da so tisti, ki so poskusili kakšno drugo trdo drogo, v velikem deležu že prej poskusili marihuano. Stroka ugotavlja, da je pri tistih, ki so že kadili marihuano, tveganje, da bodo poskusili kokain, 104-krat večje kot pri tistih, ki marihuane niso kadili.

Po nevroloških dognanjih je dokazano, da uživanje marihuane prizadene možgane na podobne načine kot uživanje drugih drog. Dolgoletno uživanje marihuane lahko pri posamezniku poveča tveganje, da bo postal odvisen tudi od drugih drog, na primer od heroina in kokaina.

6. Posledice uživanja:

- Redno uživanje povzroča psihično zasvojenost;
- Povzroča spominske motnje;
- Slabo vpliva na spomin;
- Izguba volje in ambicij;
- Sprememba razpoloženja;
- Vnetje pljuč in dihal.

7. Kako dolgo ostane marihuana v organizmu?

Ko zasvojeni pokadi marihuano, THC vsrkajo maščobna tkiva v različnih organih. S standardnimi urinskimi testi lahko odkrijemo sledi THC-ja več dni po kajenju. Pri kroničnih uživalcih se THC zadrži v organizmu tudi več tednov po zaužitju.

8. Različne reakcije pri uživalcih

Pri nekaterih uživalcih, še posebej novincih, ki se soočajo s tesnobnimi stanji, lahko uživanje marihuane povzroči paranoidne misli. Do tega pride zlasti, če je odstotek THC-ja v marihuani visok. Lahko se tudi zgodi, da ima zasvojeni, ki je pokadil velik odmerek marihuane, psihotične simptome, zaradi katerih bi lahko potreboval zdravniško pomoč. V primerih da so marihuani primešane oz. dodane druge droge, npr. kokain, lahko pride do drugih zelo škodljivih reakcij.

9. Škodljivost marihuane

Znake in posledice uživanja smo po alinejah predstavili že zgoraj, je pa koristno, da nekatere škodljivosti predstavimo ponovno. Škodljivi učinki se pokažejo šele sčasoma in kasneje v življenju. Uživanje slabša uživalčev kratkoročen spomin, spomin za nedavne dogodke, kar pomeni, da imajo uživalci težave pri obvladovanju zahtevnejših nalog. Mladi športniki ugotavljajo manjšo sposobnost, saj THC vpliva na časovno usklajenost, gibe in koordinacijo. Mladostniki pod vplivom marihuane utegnejo imeti težave pri učenju in študiju.

10. Dolgoročne posledice uživanja

Raziskave kažejo na možnost resnih zdravstvenih težav. Ob primerjavi preučevanja zdravstvenega stanja 450 vsakodnevnih kadilcev marihuane, ki niso kadili tobaka, je ugotovljeno, da so bili uživalci marihuane več dni na bolniški, da so imeli več obiskov pri zdravnikih zaradi dihalnih težav in več drugih bolezni z ozirom na skupino, ki ni kadila marihuane niti tobaka. Redno uživanje THC-ja lahko zelo pripomore k razvoju rakastih obolenj, k težavam z dihali, z imunskim sistemom in nenazadnje k težavam s plodnostjo.

a) Rakasta obolenja

Ker večina uživalcev kadi marihuano, pomešano s tobakom, in uživa tudi druge droge, je ugotavljanje, ali kajenje marihuane povzroča raka, težavno. Dokazano dejstvo pa je, da dim marihuane vsebuje nekaj enakih kancerogenih spojin kot tobak, večina celo v večjih koncentracijah. Tisti, ki tedensko pokadijo po pet džojntov, utegnejo inhalirati toliko kancerogenih snovi kot tisti, ki dnevno pokadijo škatlo cigaret.

Nekateri strokovnjaki pripisujejo zgodnejše nastanke nekaterih vrst raka v predelu glave in vratu. Kombinacija tobačnega dima in marihuane lahko povzroči tudi večje spremembe na tkivih, ki obdajajo dihalni trakt.

b) Imunski sistem

Vloga imunskega sistema je, da varuje telo pred povzročitelji bolezni. Raziskave na živalih in ljudeh so pokazale, da uživanje marihuane zmanjšuje sposobnost tako imenovanih T-celic v pljučnem imunskem sistemu, da bi ubranile telo pred nekaterimi infekcijami.

c) Pljuča in dihalne poti

Kadilci marihuane in kadilci cigaret imajo običajno podobne vrste dihalnih obolenj in težav. Sem sodijo: vsakodnevno kašljanje in ustvarjanje sluzi (kronični bronhitis), večja dovzetnost za pogosta prehladna obolenja dihal in večje tveganje za nastanek pljučnih infekcij oziroma pljučnice. Vsakodnevno uživanje marihuane lahko torej vodi k oteženemu, motenemu in oslavljenemu delovanju pljuč in dihalnih poti. Dim marihuane prav tako povzroča poškodbe ali uničenje pljučnega tkiva.

11. Posledice na možganih

Vsebnost THC-ja v marihuani prizadene živčne celice v predelu možganov, ki so odgovorne za spomin, in tako vpliva na moteno in oteženo spominjanje nedavnih dogodkov. V stanju zadetosti se je zaradi tega težko nekaj naučiti, saj za učenje in opravljanje nalog, ki zahtevajo več kot eno ali dve fazi, potrebujemo kratkoročni delovni spomin.

Raziskave v Srednji Ameriki so pokazale, da imajo dolgoletni uživalci marihuane velike težave, da si zapomnijo kratek seznam besed (standardni spominski test), pri čemer so prav tako opazili težave osredotočenja pozornosti na sam test. Raziskano je tudi, da kajenje marihuane na možganih povzroči podobne spremembe kot alkohol, heroin in kokain. Vedno bolj se kaže, da je marihuana vstopna droga, ki vodi v zasvojenost z drugimi trdimi drogami, npr. s heroinom in kokainom.

12. Uživanje marihuane in razvoj duševnih bolezni

EMCDDA (European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction) za večino držav EU v zadnjih letih ugotavlja, da je število potreb po zdravljenju zaradi uživanja marihuane vedno večje, zlasti pri rednih uživalcih. Raziskave na Švedskem pa kažejo, da redno in dolgoletno uživanje marihuane poveča tveganje za nastanek nekaterih duševnih bolezni, kot je npr. shizofrenija. Prav tako se, kot posledica uživanja marihuane, lahko razvijejo kronična tesnoba, osebnostne motnje in depresija.

13. Izguba motivacije

Pri nekaterih dolgoletnih uživalcih se pokažejo znaki pomanjkanja motivacije oziroma tako imenovani amotivacijski sindrom. Pomanjkanje motivacije se kaže na različnih področjih, od nezanimanja, kaj se dogaja v njihovem življenju, zanemarjanja videza, do pomanjkanja želje po rednem delu. Vse prej omenjeno pa vpliva na slabšo učinkovitost v šoli ali službi.

14. Uporaba marihuane v medicinske namene

Zadnje obdobje se veliko govori o uporabi marihuane v zdravstvu. Pojavljajo se dokazi, da imajo kontrolirani odmerki CBD (cannabidiol) zdravilne učinke. Gre za snov v marihuani, ki ne deluje psihoaktivno kot THC. Torej, zgolj trditev, ki največkrat prileti iz ust uživalcev marihuane, da je uživanje zdravilno, ne zdrži. Ni zdravilen THC, ki v največji meri prinaša zadetost, ampak CBD, pa še to pod kontrolo in na recept zdravnika.

15. Toleranca

Kot pri vsaki zasvojenosti se tudi pri uživanju marihuane pojavi toleranca. To pomeni, da se s kompulzivnim uživanjem potreba po uživanju veča, za isti učinek pa je potrebna vedno večja količina ali vedno večji odmerek. Tako se krog zasvojenosti krepi in utrjuje.

16. Kaj lahko naredijo starši, da se otrok ne bo zapletel z marihuano?

Praksa kaže, da je najučinkovitejša metoda, ki lahko pomaga in prepreči, da otrok zapade v zasvojenost ta, da se starši zanimajo za otroka, so z njim v stiku, se z njim pogovarjajo tudi o škodljivosti in nevarnosti uživanja marihuane in drugih drog. Zanimanje staršev za otroka in mladostnika je potrebno tudi ob vstopu v srednjo šolo. Raziskave so pokazale, da pravilno starševsko spremljanje otrok zmanjša tveganje ali prepreči uživanje drog, in sicer tudi med takimi mladostniki, ki so bolj nagnjeni k uživanju marihuane, so uporniški, ne morejo kontrolirati svojih čustev in doživljajo notranje stiske. Za starše je priporočljivo in pomembno,

da sodelujejo pri programih preprečevanja uživanja drog v okolici, kjer živijo, in v šoli, ki jo otrok obiskuje.

17. Terapevtska pomoč uživalcem

Pomoč uživalcem marihuane spada v programe zasvojenosti od prepovedanih drog. Sem uvrščamo programe detoksikacije in vedenjsko-kognitivne terapije. Zaradi kompleksnosti zasvojenosti pa je smiselna tudi družinska in zakonska ali partnerska terapija. Zasvojenost se uspešno zdravi tudi v tako imenovanih komunah in ob obiskovanjih podpornih skupin, po modelu Al-Anon. V Sloveniji so na področju zasvojenosti prepoznavna Društvo UP, Projekt Človek in Zavod Pelikan – Karitas, ki se s tovrstno problematiko ukvarja celostno.