



بدانید که چه می‌گذرد نشئگی و خطر

در کانون توجه: حشیش

ماده	• ماده موثر اصلی گیاه شاهدانه تتراهیدروکانابینول (THC) و مسئول ایجاد احساس نشئگی است (در این ارتباط مقدار THC بسته به نوع گیاه به شدت متغیر است). • علاوه بر این حاوی کانابیندیول (CBD) است که اثر آرام‌بخش دارد. • کانابینوئیدهای مصنوعی ترکیبات جدیدی از کانابینوئیدهای گیاهی و تولید شده به صورت مصنوعی هستند که می‌توانند اثر THC را شبیه سازی کنند.
شکل مصرف و اثر	• <u>شکل مصرف</u>: اغلب به صورت ماریجوانا (شکوفه‌ها و برگ‌های خشک شده گیاه حشیش) یا حشیش (از شیر گل آذین‌ها) • متداول ترین شکل مصرف، استعمال سیگار ماریجوانا (kiffen) است، در حالی که حشیش یا ماریجوانای خرد شده اغلب با تنباکو مخلوط و به صورت یک سیگار پیچیده می‌شود • همچنین محصولات حشیش از طریق انواع مختلف پیپ‌ها، قلیان‌ها و همچنین حرارت دادن (ویپ‌ها) استعمال می‌شوند. • گاهی محصولات حشیش به صورت حل شده در چای نوشیده یا به صورت شیرینی (کلوچه‌های فضایی) پخته و خورده می‌شوند. • <u>اثرات احتمالی</u>: بالا بردن روحیه، احساس آرامش و خوشی، نشاط، افزایش نیاز به برقراری ارتباط، تشدید ادراکات حسی شنوایی و بینایی، خلق و خوی افسرده، برانگیختگی روانی-حرکتی، بی‌قراری، ترس، واکنش‌های وحشت زدگی، پریشانی، فکر و خیال‌های تعقیب شدن، توهمات پارانوئید • طیف اثرات حشیش بسیار وسیع است و به نوع مصرف، مقدار ماده موثر، وضعیت مصرف، خلق و خوی کلی و ثبات روانی مصرف کنندگان بستگی دارد.
مصرف ترکیبی	• حشیش اثر الکل را تشدید می‌کند، اما نه برعکس. در صورت مصرف ترکیبی اثرات نامطلوب افزایش می‌یابند. • خطر: علائم هشدار جسمی درک نمی‌شوند.
دسته بندی قانونی	• از 18 سال به بالا: در اختیار داشتن برای مصرف شخصی از تا 25 گرم مجاز است • نگهداری در محل سکونت: تا 50 گرم • مصرف ممنوع: در حضور کودکان و نوجوانان، در مدارس، زمین‌های بازی، مراکز کودکان و جوانان، زمین‌های ورزشی در دسترس عموم و همچنین در دیدرس این مکان‌ها یا در فاصله 100 متری، در محوطه‌های عابریاده ساعت 7 تا 20 • برای نوجوان‌ها حشیش به طور کلی همچنان ممنوع است. در صورت تخلف به سرپرستان قانونی اطلاع رسانی می‌شود، تحت شرایطی اقدامات روشنگری و مشاوره الزامی می‌شود. • در عبور و مرور در خیابان پشت فرمان حداکثر مقدار مجاز THC به میزان 3.5 نانوگرم در میلی لیتر THC در سرم خون اعمال می‌شود. برای رانندگان مبتدی در طی دوره آزمایشی و تا پایان 21. • سالگی ممنوعیت مصرف مطلق اعمال می‌شود. توجه: به دلیل آن که حشیش در بدن فقط به آهستگی تجزیه می‌شود، ممکن است در صورت مصرف مکرر آزمایش ادرار در هنگام کنترل عبور و مرور «مثبت» باشد، حتی اگر مصرف روزها قبل اتفاق افتاده باشد.

این برگه اطلاع رسانی توسط شورای پیشگیری Langenhagen حمایت مالی شده است.



بدانید که چه می‌گذرد نشئگی و خطر

در کانون توجه: حشیش

• <u>خطرات</u> برای نوجوانان بسیار بالا است، زیرا THC ممکن است به رشد مغز لطمه بزند. تحقیقات حاکی از آن هستند که مصرف زودهنگام و مرتب حشیش ممکن است خطر اسکیزوفرنی را افزایش دهد و رشد شخصیت را مختل کند. در مورد نوجوانانی که به طور مرتب حشیش مصرف می‌کنند، ممکن است خطر افسردگی‌ها و افکار خودکشی در زندگی آینده افزایش یابد. • <u>عوارض درازمدت احتمالی</u>: کارایی مغز با افزایش مدت و شدت مصرف آسیب می‌بیند، بدتر شدن عملکردهای یادگیری و حافظه، وابستگی روانی، بروز مکرر برونشیت، محدودیت‌های گنجایش ریه، در صورت مصرف حشیش همراه با تنباکو ریسک‌های سلامتی همانند استعمال تنباکو وجود دارند، افزایش خطر سکته قلبی، افزایش خطر روان پریشی، محرک اسکیزوفرنی که قبلاً پنهان بوده است	خطرات حاد و عوارض دراز مدت
• قانونی شدن نسبی ممکن است منجر به برخورد سهل انگارانه با حشیش شود. موضع مشخص افراد مرجع و تبادل نظر صریح و بدون سرزنش با افراد جوان برای شکل گیری موضع منتقدانه شخصی سودمند هستند. • www.cannabispraevention.de اطلاعات و توصیه‌هایی برای افراد مرجع ارائه می‌کند.	پیشگیری و توصیه‌ها
• یک طرح مطالعاتی دفتر فدرال روشننگری مرتبط با سلامت (BZgA) از سال 2023 نشان می‌دهد که به طور مثال 91 نفر از 100 نوجوان بین 12 تا 17 سال هرگز حشیش مصرف نکرده‌اند (91.7 درصد)، 1.3 درصد بیشتر از 10 بار در 12 ماه گذشته سیگار ماریجوانا کشیده‌اند، 0.4 درصد مصرف مشکل آفرین دارند. در مورد افراد 18 تا 25 ساله 47.2 درصد تجربه مصرف، 8.0 درصد بیشتر از 10 بار در 12 ماه گذشته سیگار ماریجوانا کشیده‌اند، 3.2 درصد مصرف مشکل آفرین دارند.	آمار

منابع

<https://www.niedersachsen.de/cannabis> (دسترسی: 22.09.2025)

<https://www.drugcom.de> (دسترسی: 22.09.2025)

<https://www.cannabispraevention.de> (دسترسی: 22.09.2025)

https://www.bioeg.de/fileadmin/user_upload/PDF/pressemitteilungen/daten_und_fakten/Infoblatt_Drogenaffinit%C3%A4tsstudie_2023_Cannabis.pdf

(01.10.25: دسترسی: 3%A4tsstudie_2023_Cannabis.pdf)

این برگه اطلاع رسانی توسط شورای پیشگیری Langenhagen حمایت مالی شده است.

