

BĄDŹ NA BIEŻĄCO: ODURZENIE I RYZYKO



Temat: konopie

Substancja	- Głównym składnikiem psychoaktywnym rośliny konopi jest tetrahydrokannabinol (THC) – to właśnie on odpowiada za uczucie odurzenia (zawartość THC może się znacznie różnić w zależności od odmiany rośliny). - Dodatkowo w konopiach znajduje się kannabidiol (CBD), który działa uspokajająco. - Syntetyczne kannabinoidy to nowoczesne mieszanki substancji roślinnych i syntetycznych, które naśladują działanie THC.
Sposób stosowania i działanie	<u>Sposób stosowania</u>: najczęściej w formie marihuany (suszonych kwiatów i liści konopi) lub haszyszu (uzyskiwanego z żywicy kwiatostanów) - Najczęstszą formą spożycia jest palenie jointów (skrętów), przygotowanych z rozdrobnionej marihuany lub haszyszu, zwykle zmieszanych z tytoniem. - Produkty konopne pali się także w różnego rodzaju fajkach, fajkach wodnych lub waporyzatorach. - Niekiedy produkty konopne bywają również spożywane w formie naparu albo dodawane do wypieków (tzw. space cookies). <u>Możliwe działanie</u>: podniesienie nastroju, poczucie relaksu i dobrego samopoczucia, weselość, zwiększona potrzeba komunikacji, intensyfikacja wrażeń słuchowych i wzrokowych, obniżony nastrój, pobudzenie psychoruchowe, niepokój, lęk, reakcje paniki, dezorientacja, urojenia prześladowcze, omamy paranoidalne - Spektrum efektów działania konopi jest bardzo szerokie i zależy od sposobu konsumpcji, ilości spożytego składnika aktywnego, sytuacji podczas konsumpcji, ogólnego nastroju oraz stabilności psychicznej osoby używającej.
Stosowanie mieszane	- Konopie potęgują działanie alkoholu, nie działa to jednak w drugą stronę. Przy konsumpcji mieszanej nasilają się działania niepożądane. - Niebezpieczeństwo: sygnały ostrzegawcze wysyłane przez organizm mogą zostać niezauważone.
Klasyfikacja prawna	- Od 18 lat: dozwolone jest posiadanie na własny użytek do 25 gramów - Przechowywanie w miejscu zamieszkania: do 50 gramów - Spożywanie jest zabronione: w obecności dzieci i młodzieży, w szkołach, na placach zabaw, w placówkach dla dzieci i młodzieży, na ogólnodostępnych boiskach sportowych, a także w zasięgu wzroku lub w odległości 100 m od tych miejsc, w strefach pieszych w godzinach od 7 do 20 - Dla osób niepełnoletnich konopie są całkowicie zabronione. W przypadku naruszeń informowani są opiekunowie prawni, a w określonych sytuacjach może zostać nałożony obowiązek udziału w programach edukacyjnych lub konsultacjach. - W ruchu drogowym limit THC we krwi kierowcy pojazdu wynosi 3,5 ng/ml w surowicy. Dla początkujących kierowców w okresie próbnym i do ukończenia 21. roku życia obowiązuje całkowity zakaz spożywania. Uwaga: Ponieważ konopie rozkładają się w organizmie powoli, częsta konsumpcja może spowodować „dodatni” wynik testu moczu przy kontroli drogowej, nawet jeśli spożycie miało miejsce kilka dni wcześniej.

BĄDŹ NA BIEŻĄCO: ODURZENIE I RYZYKO

Temat: konopie

Ryzyko ostrych powikłań i skutki długoterminowe	• <u>Ryzyko</u> jest szczególnie wysokie u młodzieży, ponieważ THC może wpływać negatywnie na rozwój mózgu. Badania wskazują, że wczesne i regularne używanie konopi może zwiększać ryzyko wystąpienia schizofrenii oraz zakłócać rozwój osobowości. U młodzieży regularnie używającej konopi zwiększa się ryzyko depresji i myśli samobójczych w późniejszym życiu. • <u>Możliwe skutki długoterminowe</u>: pogorszenie sprawności mózgu wraz z długością i częstotliwością zażywania, gorsze wyniki w nauce i słabsza pamięć, uzależnienie psychiczne, częstsze występowanie zapalenia oskrzeli, ograniczona pojemność płuc, przy spożywaniu konopi razem z tytoniem – takie same zagrożenia zdrowotne jak przy paleniu papierosów, zwiększone ryzyko zawału serca, zwiększone ryzyko psychoz, możliwość ujawnienia się wcześniej utajonej schizofrenii.
Profilaktyka i zalecenia	• Częściowa legalizacja może sprawić, że konopie będą postrzegane mniej krytycznie. Jasne stanowisko osób dorosłych i otwarta, pozbawiona oskarżeń rozmowa z młodymi ludźmi wspierają kształtowanie przemyślanej postawy. • Na stronie www.cannabispraevention.de znajdują się informacje oraz porady dla opiekunów i osób bliskich.
Statystyka	• Badanie przeprowadzone w 2023 roku przez Federalne Centrum Edukacji Zdrowotnej (BZgA) pokazuje, że około 91 na 100 nastolatków w wieku od 12 do 17 lat nigdy nie używało konopi (91,7%), 1,3% paliło częściej niż 10 razy w ciągu ostatnich 12 miesięcy, a 0,4% wykazuje problematyczne używanie. W grupie wiekowej od 18 do 25 lat 47,2% ma doświadczenia z zażywaniem konopi, 8,0% paliło częściej niż 10 razy w ciągu ostatnich 12 miesięcy, a 3,2% przejawia problematyczne używanie.

Źródła

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

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

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

https://www.bioeg.de/fileadmin/user_upload/PDF/pressemitteilungen/daten_und_fakten/Infoblatt_Drogenaffinit%C3%A4tsstudie_2023_Cannabis.pdf (Dostęp: 01.10.25)



Langenhagen

Niniejsza ulotka informacyjna została wydana przy wsparciu Rady ds.

Profilaktyki w Langenhagen.

Landeshauptstadt

Hannover



LANGENHAGEN
bewegt

