

БУДЬ В КУРСЕ: КАЙФ И РИСК

Тема дня: каннабис



Вещество	<ul style="list-style-type: none">Основное действующее вещество растения каннабис – тетрагидроканнабинол (ТГК), который вызывает чувство эйфории (при этом содержание ТГК значительно отличается в зависимости от сорта растения).Кроме того, в нем содержится каннабидиол (КБД), который оказывает успокаивающее действие.Синтетические каннабиноиды – это новые смеси каннабиноидов растительного и синтетического происхождения, которые могут имитировать действие ТГК.
Форма потребления и эффект	<ul style="list-style-type: none"><u>Форма потребления</u>: чаще всего в виде марихуаны (сушеные цветы и листья растения каннабис) или гашиша (из смолы соцветий).Наиболее распространенная форма потребления – курение косяков («самокруток»), при этом измельченный гашиш или марихуана обычно смешиваются с табаком и скручиваются в сигарету.Кроме того, продукты каннабиса употребляют, используя различные виды курительных трубок, кальянов и нагревателей (вейпов).Иногда продукты каннабиса употребляют, растворяя его в чае или добавляя в выпечку («космическое печенье»).<u>Возможные побочные эффекты</u>: приподнятое настроение, чувство расслабленности и благополучия, веселость, повышенная потребность в общении, усиление слуховых и зрительных ощущений, подавленное настроение, психомоторное возбуждение, беспокойство, тревожность, панические реакции, спутанность сознания, мания преследования, параноидальные галлюцинации.Спектр действия каннабиса очень широк и зависит от способа потребления, количества действующего вещества, ситуации потребления, общего настроя и психической устойчивости потребителей.
Смешанное потребление	<ul style="list-style-type: none">Каннабис усиливает действие алкоголя, а не наоборот. При смешанном потреблении побочные эффекты усиливаются.Опасность: игнорирование соматических сигналов опасности.
Правовая оценка	<ul style="list-style-type: none">От 18 лет и старше: разрешено хранение до 25 граммов для личного потребления.Хранение на дому: до 50 граммов.Запрещено потребление: в присутствии детей и подростков, в школах, на игровых площадках, в детских и молодежных центрах, на общедоступных спортивных площадках, а также вблизи этих мест или на расстоянии 100 м от них, в пешеходных зонах с 7:00 до 20:00.Для подростков каннабис остается под общим запретом. В случае нарушений будут уведомлены родители или заменяющие их лица, а в некоторых случаях будут приняты обязательные меры по просвещению и консультированию.При вождении автомобиля в дорожном движении допустимый уровень ТГК в сыворотке крови составляет 3,5 нг/мл. Для начинающих водителей в течение испытательного срока и до достижения 21 года действует полный запрет на употребление. Внимание: поскольку каннабис медленно выводится из организма, при частом употреблении анализ мочи при дорожной проверке может дать «положительный» результат, даже если употребление было несколько дней назад.



Этот информационный листок разработан при поддержке Координационного совета по предупреждению рисков г. Лангенхагена.

Landeshauptstadt

Hannover



LANGENHAGEN
bewegt

STADT
LEHRTE



Region Hannover

БУДЬ В КУРСЕ: КАЙФ И РИСК

Тема дня: каннабис

Острые риски и отдаленные последствия	<ul style="list-style-type: none"><u>Риски</u> особенно высоки для подростков, поскольку ТГК может повлиять на развитие мозга. Исследования показывают, что раннее и регулярное потребление каннабиса может увеличить риск развития шизофрении и нарушить развитие личности. Подростки, регулярно потребляющие каннабис, могут подвергаться повышенному риску развития депрессии и суицидальных мыслей в более позднем возрасте.<u>Возможные отдаленные последствия</u>: с увеличением продолжительности и интенсивности потребления страдает работоспособность мозга, ухудшаются способности к обучению и запоминанию, развивается психологическая зависимость, учащаются случаи бронхита, снижается емкость легких; потребление каннабиса вместе с табаком сопряжено с теми же рисками для здоровья, что и курение табака, повышенным риском сердечного приступа, повышенным риском психоза, провоцированием ранее скрытой шизофрении.
Профилактика и рекомендации	<ul style="list-style-type: none">Частичная легализация может привести к менее критичному отношению к каннабису. Важно, чтобы близкие люди занимали четкую позицию и открыто, без упреков, общались с подростками, помогая им сформировать собственное критическое отношение.На сайте www.cannabisprävention.de вы можете найти информацию и советы для близких людей, оказывающих поддержку зависимым подросткам.
Статистика	<ul style="list-style-type: none">Исследование, проведенное в 2023 году Федеральным центром медицинского просвещения (BZgA), показало, что примерно 91 из 100 подростков в возрасте от 12 до 17 лет никогда не употребляли каннабис (91,7 %), 1,3 % курили «травку» более 10 раз за последние 12 месяцев, 0,4 % имеют проблемы с потреблением. Среди молодых взрослых в возрасте от 18 до 25 лет 47,2 % имеют опыт употребления, 8,0 % курили «травку» более 10 раз за последние 12 месяцев, 3,2 % имеют проблемы с потреблением.

Источники

<https://www.niedersachsen.de/cannabis> (дата доступа: 22.09.2025 г.)

<https://www.drugcom.de> (дата доступа: 22.09.2025 г.)

<https://www.cannabisprävention.de/> (дата доступа: 22.09.2025 г.)

https://www.bioeg.de/fileadmin/user_upload/PDF/pressemitteilungen/daten_und_fakten/Infoblatt_Drogenaffinit%C3%A4tsstudie_2023_Cannabis.pdf (дата доступа: 01.10.2025 г.)



Этот информационный листок разработан при поддержке Координационного совета по предупреждению рисков г. Лангенхагена.

Landeshauptstadt

Hannover



LANGENHAGEN
bewegt

STADT
LEHRTE



Region Hannover