

„Fakty i mity o marihuanie”

Marihuana jest narkotykiem, a jej niebezpieczeństwo wynika z jej popularności i aury niewinności



„Fakty i mity o marihuanie”

Składnikami marihuany są THC i CBD

THC inaczej Tetrahydrokannabinol jest to substancja chemiczna zawarta w marihuanie, która ma działanie psychotropowe - odpowiedzialna za „odlot”

THC jest to główny psychoaktywny składnik aktywny marihuany to jest to co

sprawia, że czujesz mocny

efekt, im wyższe stężenie

THC tym mocniejsza „faza”.



„Fakty i mity o marihuanie”

CBD Kannabidiol działa jak wzmacniacz do THC. Może zwiększyć efekty, ale może również je odpowiednio zmniejszyć, wszystko w zależności od zawartości procentowej w marihuanie. Wysoka zawartość THC która miesza się z niskim poziomem CBD jest to najlepsza kombinacja na silny i wysoki lot.



„Fakty i mity o marihuanie”

CBD jest to psychoaktywny składnik, nie aż tak bardzo, jak THC ale ma szeroki zakres zalet medycznych. Świetnie działa na schizofrenie, padaczkę i inne zaburzenia osobowości, a ponadto pomaga w redukcji szkód spowodowanych przez alkohol w mózgu.



„Fakty i mity o marihuanie”

Właściwości medyczne CBD	Efekty
Przeciwwymiotne	Zmniejsza nudności i chęć wymiotów
Przeciwdrgawkowe	Hamuje lub zmniejsza aktywność napadu
Antypsychotyczne	Zwalcza choroby psychiczne
Przeciwzapalne	Zwalcza choroby zapalne
Przeciwutleniające	Zwalcza zaburzenia neurodegeneracyjne
Przeciwnowotworowe	Zwalcza guzy i komórki rakowe
Antydepresyjne	Zwalcza zaburzenia lękowe i depresję

„Fakty i mity o marihuanie”

Dostępna u dilerów marihuana to zwykle odmiana zawierająca kilkakrotnie więcej THC od „samosiejki”. Jednak nawet bardzo słaba marihuana powoduje równie silne uzależnienie psychiczne (podobnie jak nawet niskoprocentowy alkohol uzależnia przy regularnym spożywaniu).



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Marihuana jest nieszkodliwa

Skutki zdrowotne palenia marihuany

- w dymie palonych konopi znajdują się substancje smoliste, które przy długotrwałym paleniu uszkadzają górne drogi oddechowe (krtani, oskrzela), płuca, wątroba i mięsień sercowy



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Marihuana jest nieszkodliwa

Skutki zdrowotne palenia marihuany

- częste palenie marihuany może powodować raka - dym konopi bardziej sprzyja powstawaniu chorób nowotworowych, niż dym nikotynowy w dodatku zwykle trafia do płuc bez pośrednictwa filtra oraz dłużej w nich przebywa



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Marihuana jest nieszkodliwa

Skutki zdrowotne palenia marihuany

- u chronicznych palaczy spada odporność immunologiczna organizmu (THC powoduje zmiany w metabolizmie komórkowym i syntezie DNA)



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Marihuana jest nieszkodliwa

THC działa toksycznie na jajniki (zmniejsza się częstotliwość owulacji) i jądra (zmniejsza się ilość plemników i pogarsza jakość spermy) a także płód (mniejsza waga urodzeniowa, wrodzone wady narządów wewnętrznych, mniejszy iloraz inteligencji, mózgowe porażenie dziecięce).



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Marihuana jest nieszkodliwa

Palenie marihuany przyczynia się też do przedwczesnego porodu oraz zwiększa prawdopodobieństwo zachorowania dziecka na nowotwory typu astrocytomas (nowotwór mózgu np. glejak) i białaczka u osób z predyspozycjami do schorzeń kardiologicznych mogą wystąpić zaburzenia rytmu serca.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Marihuana jest nieszkodliwa

Dużo groźniejszy - bo poważniejszy i szybszy w skutkach - jest natomiast niszczący wpływ THC na psychikę.

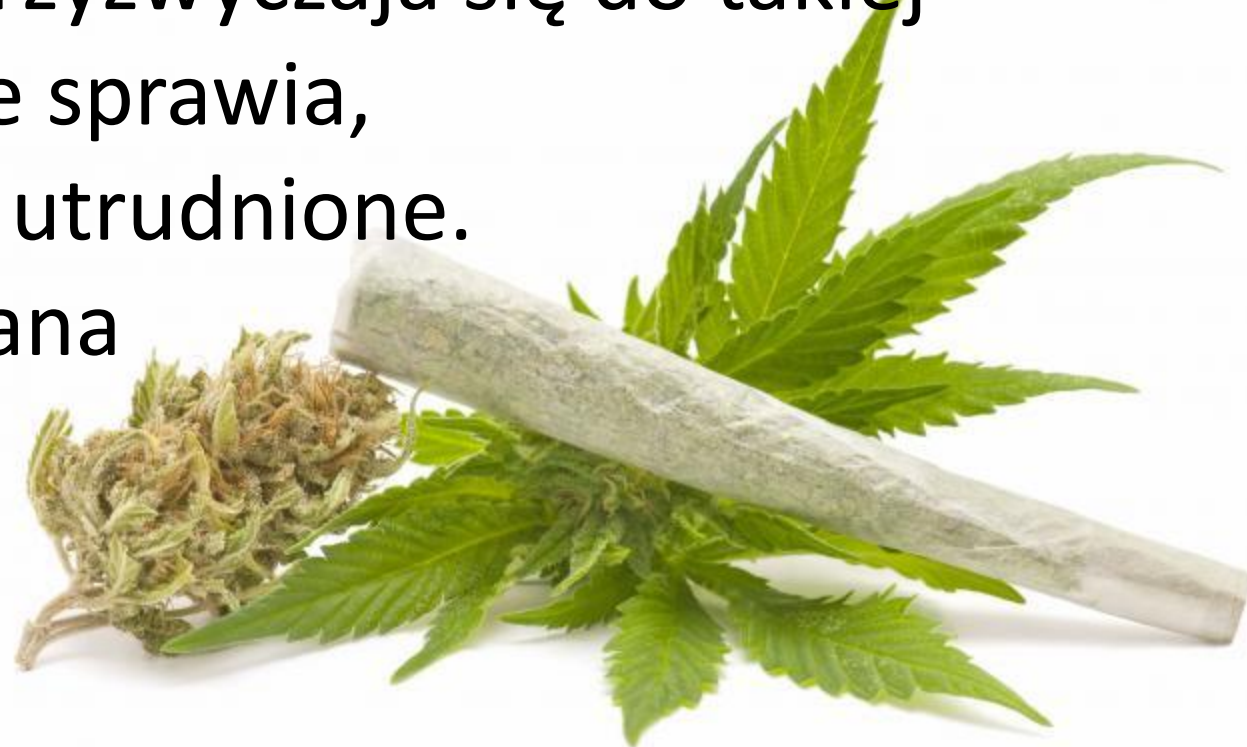
Tym bardziej, że nawet przy okazjonalnym paleniu wpływ ten jest długotrwały. THC odkłada się bowiem w tkance tłuszczowej mózgu, którego komórki składają się w dużej części z lipidów.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Marihuana jest nieszkodliwa

THC umiejscawia się w okolicy synaps, zaburzając przepływ impulsów nerwowych. Mózg przyzwyczaja się do takiej sytuacji. Systematyczne palenie sprawia, że myślenie bez jointa staje się utrudnione. Stąd silne wrażenie, że marihuana rozjaśnia umysł, otwiera wrota Percepcji, itp.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Marihuana jest nieszkodliwa

Przy długotrwałym używaniu THC może dojść do ujawnienia się chorób i zaburzeń psychicznych. Kilkakrotnie wzrasta ryzyko zachorowania na schizofrenię . U osób podatnych THC może też wywołać stany depresyjne, myśli samobójcze, bezsenność, lęki, psychozy, zaburzenia koncentracji, ataki paniki i urojenia prześladowcze.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Marihuana jest nieszkodliwa

Osoba, która w wieku dojrzewania paliła konopie co najmniej 50 razy, w wieku 18 lat ponosi 2-3 razy większe ryzyko zachorowania na schizofrenię, niż młody człowiek, który nigdy nie palił „konopi”.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Marihuana jest nieszkodliwa

Jak każda używka zmieniająca świadomość - marihuana przyjmowana przez ludzi młodych opóźnia ich rozwój emocjonalny. Palacz nie uczy się radzenia sobie z emocjami ani też konstruktywnego rozwiązywania problemów.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Marihuana jest nieszkodliwa

Marihuana palona w młodym wieku sprawi, że Twoja osobowość będzie zniekształcona: będziesz mniej odpowiedzialny, będziesz mało odporny na stres i pozbawiony głębszych aspiracji życiowych (cele życiowe po pewnym czasie prowadzą się do planów przeżycia kolejnej fazy).



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Marihuana jest nieszkodliwa

Najczęstszym i najłatwiej zauważalnym przez otoczenie osoby palącej marihuanę jest zespół amotywacyjny. Najczęściej są to: zmniejszona energia, spadek ambicji, nieadekwatna ocena sytuacji, wyraźne pogorszenie pamięci, roztargnienie, rozkojarzenie, nieracjonalne myśli, skłonność do ulegania sugestiom, kłopoty w porozumieniu się z innymi.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Marihuana jest nieszkodliwa

Badania dowodzą, że zespół amotywacyjny u osób palących występuje bardzo często. Marihuana w wyraźny sposób osłabia też zdolność przyswajania sobie nowych informacji. Jeśli palisz - licz się z konsekwencją kłopotów z nauką. Badania wykazują, że u palaczy marihuany zwykle pogarsza się pamięć, uwaga i koncentracja.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: „Marihuaniana to nie narkotyki”

THC zmienia świadomość. Wprowadza Cię w stan odurzenia. Przy regularnym paleniu - uzależnia psychicznie (powoduje przymus powtórnego zapalenia po jakimś czasie). Przy uzależnieniu psychiki od jakiejkolwiek używki, zamiast rozwiązywać problem - uciekamy przed nim.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: „Marihuaniana to nie narkotyki”

Naciskamy guzik zmieniający nastrój, bez podejmowania wysiłku zmierzenia się z problemem. Mechanizm chemicznej regulacji uczuć rozwija się w miarę kolejnych kontaktów z narkotykiem. Z czasem powodem do zapalenia będzie nawet lekki ból głowy czy zdenerwowanie - narkotyk służy wówczas redukcji napięcia.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: „Marihuaniana to nie narkotyki”

W pewnej chwili palisz, bo musisz - bo chcesz uniknąć przykrych stanów związanych z odstawieniem (jeśli palisz dużo), albo po prostu już nie umiesz na trzeźwo przeżywać problemów czy radości.



„Fakty i mity o marihuanie”

Fakt: Marihuana to furтка do innych narkotyków

Wielu osobom w pewnym momencie przestają wystarczać doznania towarzyszące paleniu trawki. Badania wykazują, że eksperymentowanie z marihuaną zwiększa w znacznym stopniu prawdopodobieństwo do sięgania po inne narkotyki w przyszłości.



„Fakty i mity o marihuanie”

Fakt: Marihuana to furтка do innych narkotyków

Warto dodać, że zwykle zanim człowiek sięga po narkotyki, najpierw ma zwykle kontakt z papierosami i alkoholem jako prekursorami.



„Fakty i mity o marihuanie”

Fakt/Mit: Marihuana to narkotyk, ale lekki

To zależy jak na to spojrzeć. W porównaniu np. z heroiną - przynosi mniej szkód dla organizmu.

Jeśli chodzi jednak o siłę zależności psychicznej - wcale nie jest ona lekka. U osób podatnych

na problemy z psychiką (czego nie można przewidzieć)

palenie marihuany może ujawnić poważną chorobę psychiczną.



„Fakty i mity o marihuanie”

Fakt/Mit: Marihuana to narkotyk, ale lekki

Psychiatrzy nazywają THC - czynnikiem spustowym schizofrenii, manii samobójczej, depresji. Oznacza to, że jak ktoś ma „pecha”, to może mieć poważne kłopoty na długo przed uzależnieniem.

Zwłaszcza odmiany o niskiej zawartości CBD mogą uruchamiać takie problemy.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Marihuana jest legalna

W Polsce jest całkowicie nielegalna. Jednak ostatnie zmiany w prawie powodują, że przy niewielkich ilościach sąd może odstąpić od orzeczenia kary. Nie ma jak dotąd jednak określenia, ile to jest „niewielka ilość”.

To sprawia, że sporo zależy od podejścia prokuratora czy sędziego to tematu.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Marihuana jest legalna

Czyli jest zmiana w stronę depenalizacji marihuany - jednak nieprecyzyjność prawa sprawia, że wciąż możesz zostać ukarany za posiadanie nawet niewielkiej ilości narkotyku. Karze podlega też częstowanie (zwłaszcza nieletnich), hodowla i handel.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit/Fakt: Nikt nie umarł od palenia

To prawda. Chyba, że liczyć tych, którzy zginęli w wypadkach samochodowych, spadli z wysokości czy popełnili samobójstwo po załapaniu ciężkiego „doła”...

Nie sądzę też, by palacza marihuany (podobnie jak palacza tytoniu) przekonał argument o zabijaniu się na raty.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit/Fakt: Nikt nie umarł od palenia

Marihuana nie zabija, lecz zmienia bardzo istotnie jakość życia: „Ona Cię nie zabije, lecz zrobi z Ciebie nieudacznika życiowego, outsidera spychanego coraz bardziej na manowce życia. Prawdziwe życie przemyka obok palacza marihuany”.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Zapalić od czasu do czasu to nic takiego

Marihuana osadza się w tkance tłuszczowej otaczającej wiele organów wewnętrznych (głównie wątrobę, mózg i organy płciowe). Dlatego bardzo wolno uwalnia się z organizmu. Każda następna dawka THC powiększa jego złogi w organizmie - oznacza to, że THC kumuluje się w organizmie.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Zapalić od czasu do czasu to nic takiego

Syndrom amotywacyjny, kłopoty z pamięcią i koncentracją, specyficzne „splątane” myślenie oraz inne objawy psychiczne używania marihuany pojawią się więc nawet przy paleniu „od czasu do czasu”.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Jak ktoś ma silną wolę, to się nie uzależni

Pogląd równie popularny, co nieprawdziwy. Istotnie - szybciej uzależniają się osoby o słabej woli, bowiem ich psychika łatwiej ulega czarowi narkotyku. Jednak każdy, nawet człowiek o wyjątkowo silnej woli, jeśli będzie powtarzał doświadczenia z marihuaną - prędzej czy później uzależni od niej swą psychikę.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Wszyscy palą!

Tak się rzeczywiście wydaje osobom, które palą marihuanę. To dlatego, że kiedy palisz - z czasem coraz gorzej rozumiesz się z osobami niepalącymi. Nieświadomie szukasz towarzystwa, które akceptuje palenie marihuany.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit: Lepiej jest zapalić, niż wypić?

To dylemat typu: czy lepiej być chorym psychicznie, czy fizycznie? Albo: czy lepiej chorować na żółtaczkę, czy na zapalenie płuc? Odpowiedź brzmi najlepiej być zdrowym.

Zarówno dla naszej psychiki, jak i dla naszego ciała najlepiej jest, kiedy żyjemy na trzeźwo.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit/Fakt: Marihuana powoduje agresję

Jeśli mamy na myśli działanie THC na organizm - to jest to nieprawda. Marihuana spowalnia myślenie, wydłuża reakcje i raczej „zamula” niż pobudza. Zwłaszcza, gdy po „trawkę” sięgają osoby o spokojnym temperamencie (a tak często jest - zwolennicy „dziania się” wybierają raczej inne używki).



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit/Fakt: Marihuana powoduje agresję

THC bowiem zwykle potęguje wewnętrzny nastrój człowieka (choć bywa inaczej - nie jesteśmy w stanie przewidzieć do końca, jak zadziała na nas narkotyk kolejnym razem).

Jednak niekiedy da się wśród palaczy zaobserwować zachowania agresywne.

Dlaczego? Może mieć wpływ na to stan rozdrażnienia, jaki pojawia się przy powrocie do trzeźwości.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mit/Fakt: Marihuana powoduje agresję

Pewnie nie bez znaczenia jest też fakt, że osoba paląca dużo przestaje sobie radzić ze stresem czy trudnymi emocjami i może wyładowywać je na otoczeniu.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mechanizm uzależnienia od marihuany

THC ma w czystej postaci niewielkie właściwości uzależniające fizycznie. Jednak uzależnienie psychiczne może nastąpić stosunkowo szybko. Co to znaczy? To znaczy, że kiedy przestajesz palić nie masz głodów ani delirium. Do ponownego sięgnięcia po narkotyk zmusza Cię psychika, a nie ciało.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mechanizm uzależnienia od marihuany

Upraszczając nieco: o ile z uzależnienia fizycznego stosunkowo łatwo się wyzwolić (nawet przy opiatach i alkoholu wystarczy kilka dni tzw. detoksu by nie odczuwać dolegliwości fizycznych), o tyle uzależnienie psychiczne wymaga długotrwałej terapii.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mechanizm uzależnienia od marihuany

Głód psychiczny dużo trudniej przezwyciężyć, bo wspomagają go tzw. mechanizmy uzależnienia. To właśnie ów głód psychiczny sprawia, że terapia wszelkich uzależnień jest długotrwała i nie zawsze skuteczna.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mechanizm uzależnienia od marihuany

Po odstawieniu marihuany po długotrwałym paleniu pojawia się specyficzny zespół abstynencyjny: ciągłe rozdrażnienie, senność lub bezsenność, bóle głowy, utrata chęci życia, spadek aktywności życiowej, obniżenie nastroju, zaburzone odczuwanie przyjemności (seks jest mniej atrakcyjny, muzyka mniej fascynuje, filmy są nudniejsze).



„Fakty i mity o marihuanie”

Mechanizm uzależnienia od marihuany

Trzeźwość staje się nie do zniesienia. W ten sposób uzależniony mózg woła o następną porcję THC. Przy paleniu okazjonalnym objawy odstawienia są mniej zauważalne, gdyż organizm odtruwa się powoli. THC odkłada się w komórkach tłuszczowych (nie jest wyplukiwany przez płyny) i uwalnia z organizmu przez parę tygodni.



„Fakty i mity o marihuanie”

Mechanizm uzależnienia od marihuany

Narkotyk ma wpływ na organizm jeszcze długo po ostatnim paleniu. THC jest wykrywalne w organizmie człowieka do roku po zaprzestaniu palenia, a nawet dłużej (zależnie od czułości testu).



„Fakty i mity o marihuanie”

Marihuana jest narkotykiem, a jej niebezpieczeństwo wynika z jej popularności i aury niewinności.

Dziękuję za uwagę ;)

Alina Tyda

