

БУДЬ У КУРСІ: КАЙФ І РИЗИК

Тема дня: канабіс



Речовина	- Основна діюча речовина рослини канабісу - тетрагідроканнабінол (ТГК), який викликає почуття ейфорії (при цьому вміст ТГК значно відрізняється залежно від сорту рослини). - Крім того, в ньому міститься каннабідіол (КБД), який має заспокійливу дію. - Синтетичні каннабіноїди – це нові суміші каннабіноїдів рослинного та синтетичного походження, які можуть імітувати дію ТГК.
Форма вживання та ефект	- Форма вживання: найчастіше у вигляді марихуани (сушені квіти та листя рослини канабісу) або гашишу (зі смоли суцвіть). - Найпоширеніша форма споживання – куріння косяків («самокруток»), при цьому подрібнений гашиш або марихуана зазвичай поєднуються з тютюном і скручуються в сигарету. - Крім того, продукти канабісу вживають, використовуючи різні види курильних трубок, кальянів та нагрівачів (вейпів). - Іноді продукти канабісу вживають, розчиняючи його в чаї або додаючи у випічку («космічне печиво»). Можливі побічні ефекти: піднесений настрій, почуття розслабленості та добре самопочуття, веселість, підвищена потреба у спілкуванні, посилення слухових та зорових відчуттів, пригнічений настрій, психомоторне збудження, занепокоєння, тривожність, панічні реакції, сплутаність свідомості, манія переслідування, параноїдальні галюцинації. - Спектр дії канабісу дуже широкий і залежить від способу вживання, кількості діючої речовини, ситуації вживання, загального настрою та психічної стійкості споживачів.
Змішане вживання	- Канабіс підсилює дію алкоголю, а не навпаки. При змішаному вживанні побічні ефекти посилюються. - Небезпека: ігнорування соматичних сигналів небезпеки.
Правова оцінка	- Від 18 років і старше: дозволено зберігання до 25 грамів для особистого вживання. - Зберігання вдома: до 50 грамів. - Заборонено вживання: у присутності дітей та підлітків, у школах, на ігрових майданчиках, у дитячих та молодіжних закладах, на загальнодоступних спортивних майданчиках, а також поблизу цих місць або на відстані 100 м від них, у пішохідних зонах з 7:00 до 20:00. - Для підлітків канабіс залишається під загальною заборонаю. У разі порушень будуть повідомлені батьки або особи, що їх замінюють, а в деяких випадках будуть вжиті обов'язкові заходи щодо просвітництва та консультування. - При керуванні автомобілем у дорожньому русі допустимий рівень ТГК у сироватці крові становить 3,5 нг/мл. Для водіїв-початківців під час випробувального терміну та до досягнення 21-річного віку діє повна заборона на вживання. Увага: оскільки канабіс повільно виводиться з організму, за частого вживання аналіз сечі під час дорожнього контролю може бути «позитивним», навіть якщо вживання було кілька днів тому.



Цей інформаційний листок розроблений за підтримки Координаційної ради щодо запобігання ризикам м. Лангенхагена.

БУДЬ У КУРСІ: КАЙФ І РИЗИК

Тема дня: канабіс

Гострі ризики та віддалені наслідки	• <u>Ризики</u> особливо високі для підлітків, адже ТГК може негативно вплинути на розвиток мозку. Дослідження показують, що раннє та регулярне вживання канабісу може підвищити ризик розвитку шизофренії та порушити розвиток особистості. Підлітки, які регулярно вживають канабіс, можуть піддаватися підвищеному ризику розвитку депресії та суїцидальних думок у пізнішому віці. • <u>Можливі віддалені наслідки</u>: зі збільшенням тривалості та інтенсивності вживання страждає працездатність мозку, погіршується здатність до навчання та запам'ятовування, розвивається психологічна залежність, частішають випадки бронхіту, знижується ємність легень; вживання канабісу разом із тютюном пов'язане з тими ж ризиками для здоров'я, що і паління тютюну, підвищеним ризиком серцевого нападу, підвищеним ризиком психозу, провокуванням раніше прихованої шизофренії.
Профілактика та рекомендації	• Часткова легалізація може призвести до менш критичного ставлення до канабісу. Важливо, щоб близькі люди займали чітку позицію і відкрито, без докорів спілкувалися з підлітками, допомагаючи їм сформувати власне критичне ставлення. • На сайті www.cannabispraevention.de ви можете знайти інформацію та поради для близьких людей, що надають підтримку залежним особам.
Статистика	• Дослідження, проведене у 2023 році Федеральним центром медичної освіти (BZgA), показало, що приблизно 91 зі 100 підлітків віком від 12 до 17 років ніколи не вживали канабіс (91,7 %), 1,3 % курили «траву» понад 10 разів за останні 12 місяців. Серед молодих дорослих віком від 18 до 25 років 47,2 % мають досвід вживання, 8,0 % курили «траву» понад 10 разів за останні 12 місяців, 3,2 % мають проблеми зі вживанням.

Джерела

<https://www.niedersachsen.de/cannabis> (дата доступу: 22.09.2025 р.)

<https://www.drugcom.de> (дата доступу: 22.09.2025 р.)

<https://www.cannabispraevention.de/> (дата доступу: 22.09.2025 р.)

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



Цей інформаційний листок розроблений за підтримки Координаційної ради щодо запобігання ризикам м. Лангенхагена.

Landeshauptstadt

Hannover



LANGENHAGEN
bewegt

