

Cannabis



Villa **Schöpflin** :



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

der Konsum von Cannabis kann in seiner Wirkung sehr unterschiedlich sein. Für Konsumentinnen und Konsumenten stehen meist zu Beginn die angenehmen Wirkungen im Vordergrund. Aus diesem Grund ist es oft schwierig, kritische Dinge anzusprechen. Mit dieser Broschüre möchten wir fundierte Informationen vermitteln, die dabei helfen sollen, konstruktive Gespräche zu führen oder den eigenen Konsum zu reflektieren.

Ihr Team der Villa Schöpflin



Was ist Cannabis überhaupt?

Die Cannabispflanze gehört zur Gattung der Hanfgewächse. Neben Alkohol und Nikotin zählt Cannabis heute zu den am häufigsten konsumierten Rauschmitteln weltweit. Die männliche Hanfpflanze wird auch heute noch als Industriehanf angebaut, welcher zu verschiedenen Produkten (z. B. Papier) verarbeitet wird. Die weibliche Cannabispflanze dient ausschließlich dem Konsum von Cannabisprodukten, da diese neben vielen weiteren Stoffen das psychoaktive Cannabinoid THC (Delta-9-Tetrahydrocannabinol) enthält. THC ist für die cannabisbedingten Auswirkungen im menschlichen Körper verantwortlich. Der Gehalt an THC ist seit Anfang der 80er-Jahre deutlich gestiegen. Gleichzeitig nahm der Gehalt des Cannabinoids CBD (Cannabidiol), das teilweise den Effekten von THC entgegenwirkt, ab.



▶ **Marihuana, auch „Gras“ oder „Weed“ genannt, besteht aus getrockneten Blüten und Blättern der Pflanze. Haschisch, auch als „Dope“ oder „Shit“ bezeichnet, ist das zu Klumpen oder Platten gepresste Harz der Pflanze.**

Wie wird Cannabis konsumiert?

Joint



Haschpfeife



Kekse



Bong



Beim Konsum von Cannabisprodukten über die Nahrung sind im Vergleich zum Rauchen der Rauschbeginn und die Rauschintensität sowie die konsumierte Menge schwer einschätzbar und werden eher unterschätzt.

Weshalb wirkt Cannabis?

Das körpereigene Cannabinoidsystem ist an wesentlichen Funktionen im zentralen Nervensystem beteiligt:

- Homöostase (z. B. Schlaf-wach-Rhythmus, Regulation des Blutdrucks, Steuerung der Herzfrequenz)
- Wahrnehmung, Gedächtnis, Lern- und Leistungsfähigkeit
- Motorik
- Appetit
- Stressbewältigungsmechanismen
- Belohnungssystem

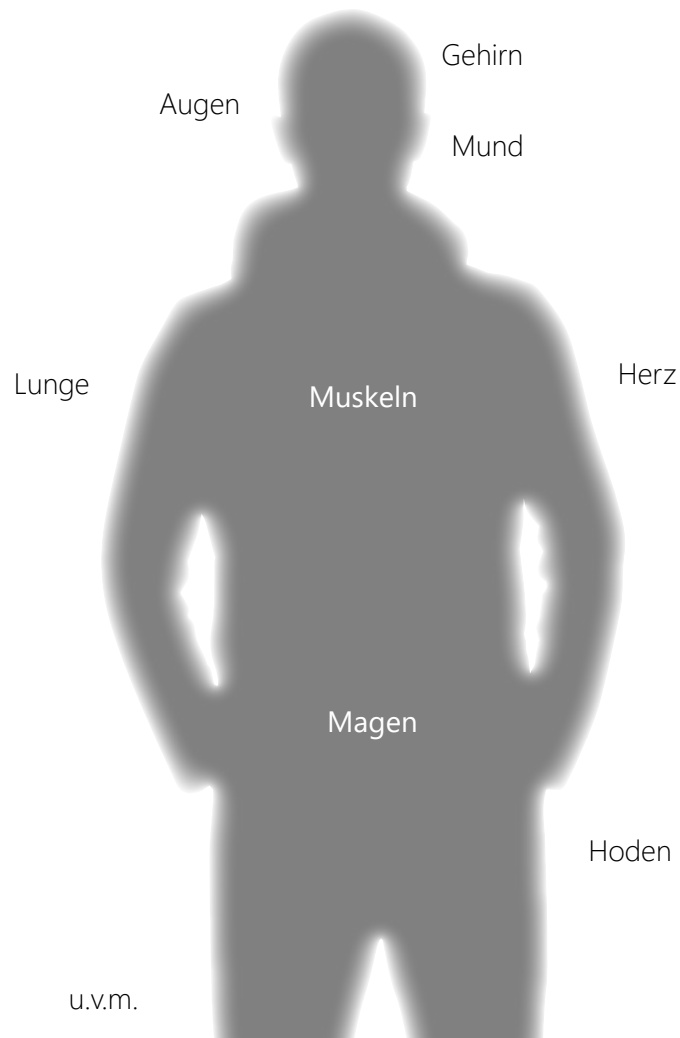
Das Cannabinoidsystem besteht aus zwei Bindungsstellen, den sogenannten Cannabinoidrezeptoren (*CB1-* und *CB2-Rezeptoren*) und den körpereigenen Cannabinoiden (z. B. *Anandamid* und *2-Arachidonylglycerol*). Körpereigene Cannabinoide werden im Normalfall nur bei Bedarf freigesetzt, um die Neurochemie unseres Gehirns und Körpers im Gleichgewicht zu halten.

Der Wirkstoff THC, welcher durch Aufnahme von Cannabis in den Körper gelangt, kann sich jedoch an beide Cannabinoidrezeptoren binden und diese aktivieren. Da diese Aktivierung allerdings ohne einen physiologischen Grund stattfindet und nicht beabsichtigt ist, führt diese zu einer nicht gewollten Funktionsübernahme, was zu fehlerhaften sowie unvorhersehbaren Auswirkungen im Körper führt (siehe Seite 6).



▶ **Cannabis wirkt sich auf den gesamten Körper aus und beeinflusst die chemischen Botenstoffe. Es kann zu starken und unvorhersehbaren Wechselwirkungen mit anderen Drogen kommen.**

Wo im Körper wirkt Cannabis?



Der Wirkstoff THC kann aufgrund der Verteilung der Cannabinoidrezeptoren (*CB1-* und *CB2-Rezeptoren*) im gesamten Körper Prozesse beeinflussen.

Welche Wirkung kann der Cannabiskonsum haben?



- Lern- und Gedächtnisdefizite
- Störungen von Aufmerksamkeitsprozessen
- verlangsamte Reaktionszeit
- Veränderungen in Gehirnregionen
- Aktivierung des Belohnungssystems
- Tendenz zu leichtsinnigen Entscheidungen
- Veränderung der Persönlichkeit
- erhöhtes Auftreten suizidaler Gedanken



- erhöhte Herzaktivität
- Bluthochdruck



- Entzündung der Bindehaut (rötliche Augen)



- Muskelentspannung



- Wucherungen des Zahnfleisches
- Entzündung der Mundschleimhaut
- Mundtrockenheit



- Übelkeit und Erbrechen
- Appetitsteigerung



- negativer Einfluss auf Spermienbildung
- erhöhtes Risiko für Hodenkrebs

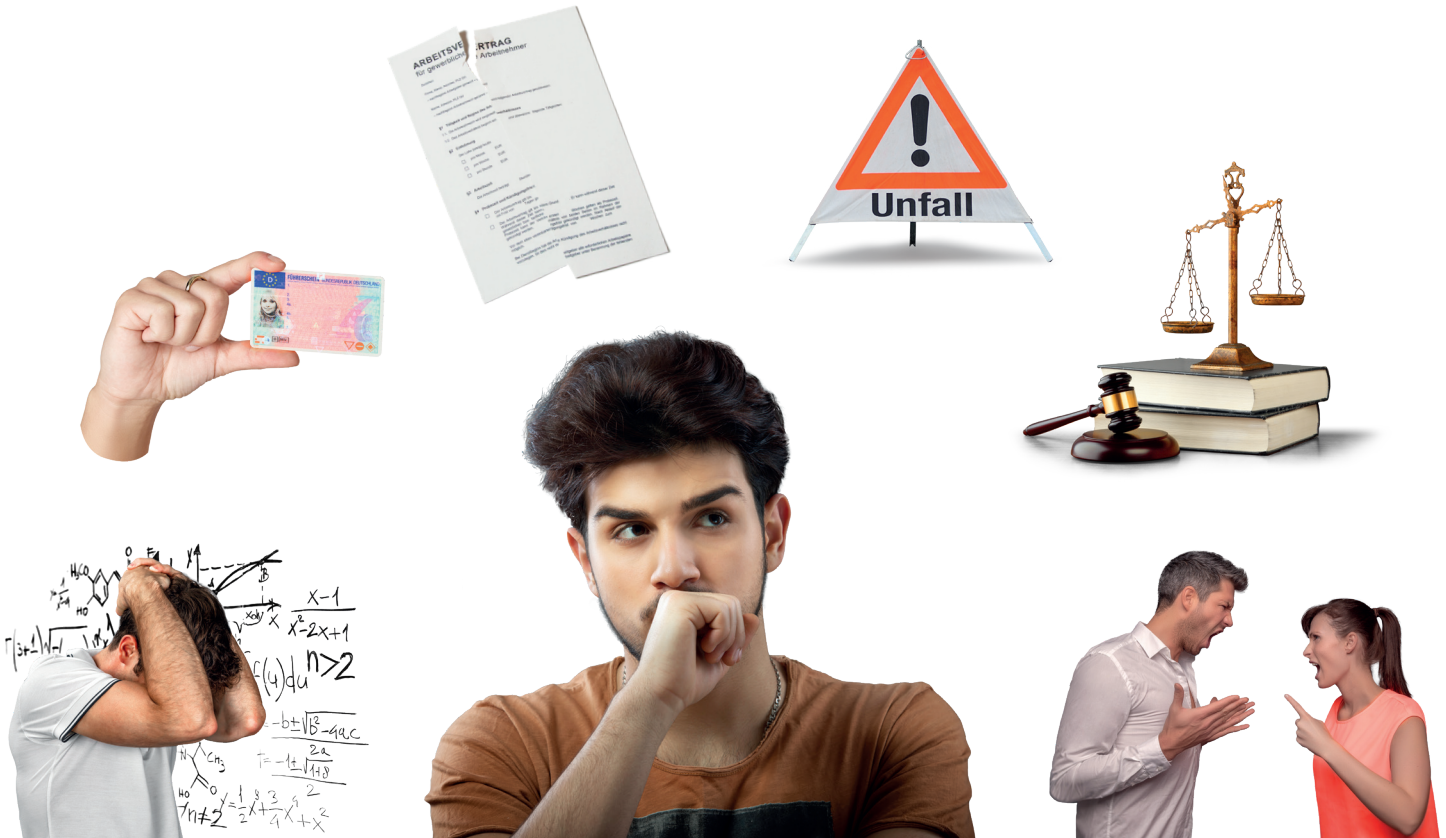


- Schäden im Bronchialsystem
- Veränderung des Lungengewebes
- verstärkte Sekretbildung



Die kognitiven Einschränkungen durch den Konsum von Cannabis sind bei Jugendlichen, insbesondere bei frühem Konsumbeginn, möglicherweise irreversibel. Jugendliche, die früh und häufig konsumieren, brechen häufiger die Schule ab.

Zu welchen Problemen kann der Cannabiskonsum führen?



► „Es war ein witziger Sommerabend im Park, der Joint ging gerade in der Reihe herum, bis die Polizei plötzlich hinter uns stand.“ (Nele, 16 Jahre)

„Als meine Eltern sich wegen meines Konsums und meinen schlechten Schulnoten nur noch gestritten haben, wurde mir klar, dass Cannabis nicht nur Auswirkungen auf mich selbst hat.“ (Dominik, 15 Jahre)

Welche Entzugerscheinungen gibt es?

Der Cannabiskonsum kann zu einer Abhängigkeit führen. Deshalb können Entzugerscheinungen auftreten.

Psychische Entzugerscheinungen:

- intensives Verlangen nach Cannabis
- Schlafprobleme und wirre Träume
- Aggressivität
- Depressivität
- Nervosität
- Appetitminderung

Körperliche Entzugerscheinungen:

- Schwitzen
- Zittern
- Übelkeit und Erbrechen
- erhöhte Körpertemperatur
- Kopfschmerzen
- übermäßiges Durstgefühl



Die Entzugerscheinungen können wenige Tage bis hin zu mehreren Wochen andauern. Körperliche Anstrengung steigert das Wohlbefinden in den ersten Tagen der Abstinenz.

Das Cannabisgesetz (CanG)

- Für Jugendliche unter 18 Jahren ist Cannabis verboten.
- Ein Strafverfolgungszwang besteht nicht. Werden Jugendliche mit Cannabis von der Polizei erwischt, wird das Cannabis sichergestellt und die Eltern bzw. Personensorgeberechtigten informiert.
- Der private Eigenanbau von insgesamt drei Cannabispflanzen zum Eigenkonsum sowie der gemeinschaftliche, nicht gewerbliche Eigenanbau von Cannabis in Anbauvereinigungen zum Eigenkonsum ist für Personen ab dem 18. Lebensjahr erlaubt.
- Für 18 – 21-jährige Personen gelten besondere Regelungen: Sowohl der THC-Gehalt im Cannabis als auch die Menge, die Heranwachsende in den Anbauvereinigungen erwerben können, ist begrenzt.
- Liegen gewichtige Anhaltspunkte für eine Kindeswohlgefährdung vor (z. B. Hinweise auf ein riskantes Konsumverhalten in Abhängigkeit des Alters), hat die Polizei eine Meldung an die zuständigen örtlichen Träger der öffentlichen Jugendhilfe abzugeben. Diese wirken gemeinsam mit den Sorgeberechtigten auf geeignete Frühinterventionsmaßnahmen hin.
- Handlungen, die für Erwachsene strafbar sind (z. B. Weitergabe von Cannabis oder unerlaubtes Handeltreiben), sind auch für Jugendliche strafbar.



Auf der folgenden Seite des Bundesministeriums für Gesundheit werden Fragen rund um das CanG beantwortet.

[https:// www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/cannabis/faq-cannabisgesetz](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/cannabis/faq-cannabisgesetz)



Cannabis im Straßenverkehr

- Jede teilnehmende Person im Straßenverkehr muss fahrtüchtig sein. Die Straßenverkehrssicherheit muss gewährleistet werden.
- Es gilt ein absolutes Alkohol- und Cannabisverbot für Fahranfänger und Fahranfängerinnen. Ordnungswidrig handelt, wer vorsätzlich oder fahrlässig in der Probezeit oder vor Vollendung des 21. Lebensjahres ein Kraftfahrzeug im Straßenverkehr führt.
- Der Mischkonsum von Alkohol und Cannabis im Straßenverkehr ist verboten.
- Die Teilnahme am Straßenverkehr unter Cannabiseinfluss stellt bei Überschreitung eines festgelegten THC-Grenzwertes eine Ordnungswidrigkeit dar und kann mit einer Geldstrafe oder einem Fahrverbot geahndet werden.
- Bei drogenbedingten Fahrfehlern/Unfällen oder Gefährdung anderer Personen handelt es sich um eine Straftat. Im Gegensatz zur Ordnungswidrigkeit wird hier bereits die Teilnahme am Straßenverkehr mit einem Fahrzeug (auch Fahrrad) unter Strafe gestellt.
- Bei Nachweis der Überschreitung des festgelegten Grenzwertes erlischt in der Regel der Teil-/Vollkasko-Versicherungsschutz.
- Die Fahrerlaubnis wird entzogen, wenn Cannabisabhängigkeit oder -missbrauch vorliegt.



► **Aktives THC und dessen Abbauprodukt kann bis zu zwölf Wochen nachgewiesen werden.**

Tipps für Eltern und Vertrauenspersonen

- Stellen Sie klare und verständliche Regeln und Grenzen in Bezug auf Ihre Familie und Wohnung auf.
- Vereinbaren und kommunizieren Sie Konsequenzen bei Regelverstößen.
- Sprechen Sie auch über sich selbst und teilen Ihre Sorgen mit. Erklären Sie Ihre Sichtweise.
- Bauen Sie gegenseitiges Vertrauen auf, indem Sie zuhören und auch in schwierigen Situationen zur Seite stehen.

Empfehlungen, falls Sie selbst konsumieren:

- Schützen Sie ihre Cannabisprodukte vor dem Zugriff durch Dritte. Insbesondere Kinder und Jugendliche dürfen keinen Zugriff haben.
- Machen Sie sich Ihrer Vorbildrolle bewusst. Konsumieren Sie nicht in der Gegenwart von Minderjährigen. Hinterfragen Sie bewusst den eigenen Konsum und klären Sie über die Risiken des Cannabiskonsums im Jugendalter auf.
- Die Weitergabe von Cannabis an Kinder und Jugendliche wird bestraft und die Einleitung familiengerichtlicher Maßnahmen ist möglich.



„Meine Vermutung, dass mein Sohn regelmäßig kifft, bestätigte sich, als die Schulnoten schlechter wurden, er auf nichts mehr Lust hatte und sich komplett aus unserem Familienleben zurückzog. Ich erkannte ihn nicht wieder.“ (Mutter von Jonas, 16 Jahre)

Handlungsmöglichkeiten für Besorgte

- Informieren Sie sich und nehmen Sie eine klare Haltung ein.
- Suchen Sie das Gespräch in einer angenehmen Atmosphäre. Wählen Sie einen geeigneten Ort und Zeitpunkt.
- Fragen Sie nach Konsummotiven (z. B. Neugierde, Stressbewältigung, Gruppendruck).
- Unterstützen und motivieren Sie die Konsumentin oder den Konsumenten darin, das eigene Verhalten zu reflektieren.
- Belohnen Sie positive Verhaltensänderungen und heben Sie diese hervor.
- Überlegen Sie gemeinsam, welche Vertrauenspersonen bei einer Konsumreduktion oder Abstinenz noch unterstützen können.
- Kontaktieren Sie bei Bedarf eine Beratungsstelle und nehmen Sie Hilfe in Anspruch.



Die Aussage „Alle Kiffen doch!“ stimmt nicht. Die Anzahl der Nichtkonsumentinnen und Nichtkonsumenten bei den 12- bis 17-Jährigen in Deutschland liegt bei ca. 90 % (Stand 2023).

Über den Konsum sprechen

Hilfreiche Fragen:

Wann hast Du das erste Mal Cannabis konsumiert? Welche Wirkung hast Du Dir erhofft?

Wie hat sich Dein Konsum seit diesem Zeitpunkt entwickelt?

Wie viel Geld hast Du bereits für Cannabisprodukte ausgegeben? Was hättest Du Dir von diesem Geld stattdessen kaufen können?

Aus welchen Gründen konntest Du konsumfreie Zeiten nicht einhalten?

Hat Dein Cannabiskonsum bereits Einfluss auf Dein Schlafverhalten?

Triffst Du Dich mit Deinem Freundeskreis „nur“ noch zum Kiffen? Lässt Du Dich überreden, mehr zu konsumieren als geplant?

Führte Dein Cannabiskonsum im Freundes- oder Familienkreis bereits zu Konflikten?

Konsumierst Du Cannabis bei Langeweile, Stress und Konflikten, um unangenehme Gefühle zu verdrängen?

Welche positiven Auswirkungen hätte ein Konsumstopp bei Dir?

Welche Personen in Deinem Freundes- oder Familienkreis könnten Dich bei einer Konsumreduktion oder einem Konsumstopp unterstützen?



Wer sich unsicher fühlt und Rat benötigt, kann Kontakt zu Hilfen in der Region aufnehmen (siehe Rückseite).



Kontaktfeld

Villa **Schöpflin** :