

EHER ANGENEHM ERLEBTE WIRKUNGEN

EHER UNANGENEHM ERLEBTE WIRKUNGEN

übliche Denkmuster verblassen, neuartige Ideen und Einsichten, kreativ sein...

witzige Assoziationen und Gedankensprünge

sich amüsieren, weil man am Ende des Satzes den Anfang nicht mehr weiß

gewohnte Ordnung beim Riechen, Sehen, Hören, Zeitgefühl... verändert sich, Intensivierung von Musik, Berührung, Schmecken,

Eindruck, als ob man die Gedanken der anderen kennt, gemeinsame Albernheit, Gemeinschaftserleben

Euphorie, high, gleichzeitig: Gefühle sind gedämpft, emotionaler Abstand, Gelassenheit

wohlige Entspannung, Leichtigkeit, Wattegefühl, Verlangsamung der Bewegung, geringe Schmerzempfindlichkeit

DENKEN

sich in fixe Ideen reinsteigern, von Gedanken besessen zu sein, Selbstüber- bzw. unterschätzung,...

KONZENTRATION

Konzentrationschwäche, Durcheinander im Kopf,

GEDÄCHTNIS

eingeschränkte Merkfähigkeit, Erinnerungslücken, Filmriss

**WAHRNEHMUNG
EMPFINDUNG**

wenig von der Umwelt mitkriegen, im eigenen Film gefangen zu sein, sich in Einzelheiten hineinsteigern, Überempfindlichkeit, Halluzinationen bis Horrortrip

**KOMMUNIKATION
BEZIEHUNG**

Kontakt verlieren, abdrehen, sich nicht mitteilen können, nur noch abhängen

FÜHLEN

Angst, Panik, Verfolgungsideen, Paranoia, Gefühle von Fremdheit, Ich-Auflösung, Verwirrung, Verlassenheit

KÖRPER

breit, träge, lahm sein oder Überdrehtheit, Übelkeit, Schwindel, Herzrasen, Kreislaufkollaps, Kribbeln

KONTAKTE

Drogenarbeit Z6

Dreiheiligenstraße 9
6020 Innsbruck
zentrale@drogenarbeitz6.at
www.drogenarbeitz6.at

Für persönliche Beratung:

0699 131 433 16
0680 306 60 75
0680 128 97 12

**Für Substanzfragen,
Drug Checking,
Partywork (MDA basecamp),
Workshops:**

0699 118 696 76

Du kannst dich auch online an uns wenden
www.onlinedrogenberatung.at



grafik@moosgruen.at

CANNABIS



Nochmal drehen vorm Schlafen gehen

WIRKUNG VON CANNABIS

Cannabisprodukte werden aus der **Hanf-pflanze** hergestellt. **Tetrahydrocannabinol (THC)** ist der wichtigste psychoaktive Wirkstoff.

Die Wirkung von Cannabis ist vielfältig und kann von verschiedenen Personen unterschiedlich erlebt werden. Sie ist stark von folgenden Faktoren abhängig:

- **der Cannabissorte, deren THC-Gehalt, der Dosierung und der Konsumform (Rauchen, Essen)**
- **deiner Persönlichkeit, deiner aktuellen Gefühlslage, deinem körperlichen Zustand, deiner Erfahrung und deiner Erwartungshaltung an den Rausch**
- **ob du alleine oder mit Freunden, auf einer Party oder in ruhiger Umgebung kiffst.**

RISIKEN FÜR DIE KÖRPERLICHE GESUNDHEIT

Cannabis enthält **mehr krebserregende Stoffe** als Tabak und die Schädigung der Lunge ist dadurch stärker. Bong rauchen belastet deine Lunge besonders stark! Verwende **Aktivkohlefilter** oder einen **Vaporizer!**

Regelmäßiger Konsum kann auch zu einer **Tabakabhängigkeit** führen.

Beim **Essen oder Trinken** von Cannabisprodukten sind die Wirkungen stärker und unberechenbarer als beim Rauchen, das **Risiko für eine Überdosierung** ist höher. Taste dich vorsichtig an die richtige Dosis heran. Lege nicht gleich nach, denn es kann bis zu zwei Stunden dauern bis die Wirkung einsetzt.

Der andauernde und intensive Konsum von Cannabis kann die **Fruchtbarkeit** beeinflussen. Bei Männern kann es zur vermindernden Produktion von Spermien und bei Frauen zu einer Veränderung des Menstruationszyklus führen.

Schwangere und Stillende sollten unbedingt auf den Konsum von Cannabis verzichten, da es zu Komplikationen und bleibenden Schäden beim Kind führen kann.

Cannabis wird häufig mit anderen Substanzen kombiniert. Das ist eine **zusätzliche Belastung für den Organismus und die Psyche**. In Kombination mit aufputschenden Drogen (MDMA, Speed, Kokain) kann das Herzrasen verstärkt werden. **Kiffen zum Runterkommen** kann dazu führen, dass du nachlegst und es verstärkt den Hangover. Die Kombination mit Alkohol kann zu Kreislaufbeschwerden und Übelkeit führen.

Informiere dich über **Streck- und Zusatzstoffe** in Cannabis. Manche Verunreinigungen sind mit bloßem Auge erkennbar bzw. durch einfache Methoden zu identifizieren. Dadurch kannst du gesundheitliche Risiken minimieren. Infos findest du auf unserer Homepage!

Bei einer gemeinsamen Nutzung (Joint, Bong...) erhöht sich die **Ansteckungsgefahr mit Krankheiten**, die über Speichel übertragen werden (Hepatitis, Schnupfen, bakterielle Infektionen...).

RISIKEN FÜR DIE PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Das menschliche Gehirn befindet sich im jungen Erwachsenenalter noch in der Entwicklung. Je jünger du bist, wenn du anfängst zu kiffen, desto größer ist die Gefahr von **irreversiblen Folgen bei der Entwicklung des Gehirns**.

Häufiger Konsum von Cannabis führt **langfristig zu Störungen der Merkfähigkeit und Konzentration**, insbesondere des Kurzzeitgedächtnisses. Man verliert den roten Faden bspw. beim Lernen oder in Gesprächen und konzentriertes Arbeiten fällt schwer.

Cannabis **verringert die Reaktionsfähigkeit** und verändert die Wahrnehmung von Entfernungen, Raum und Zeit. Die Verkehrstüchtigkeit ist noch mehrere Stunden nach dem letzten Konsum stark beeinträchtigt, auch wenn du es anders empfindest. Lenke deshalb kein Fahrrad, Mofa oder Auto!

Bei regelmäßigem und langfristigem Cannabiskonsum **verringert sich oft die Motivation für andere Aktivitäten und das Interesse mit Freunden, die nicht kiffen, etwas zu unternehmen**. Dinge, die vorher wichtig waren, verlieren an Bedeutung oder neue Hobbies werden erst gar nicht entdeckt. Kiffen kann zu einem passiven Dauerzustand werden und man hat seine Pläne und Ziele nicht mehr im Blick.

Wie bei allen Drogen, kann es auch bei Cannabis zu einer **psychischen und körperlichen Abhängigkeit** kommen. Kiffen wird zum ständigen Begleiter, der scheinbar bei Stress und Problemen hilft. Dadurch verlernt man, anders mit Gefühlen umzugehen.

Cannabis kann **Ängste, panische Reaktionen, Verfolgungswahn, Depressionen und Halluzinationen** auslösen. Diese Zustände können nach dem Rausch wieder vorbei sein, aber auch andauern.

Cannabis mit **sehr hohem THC Gehalt** verstärkt die **Gefahr einer Psychose** (Verlust der Orientierung und Bezug zur Realität). Insbesondere bei psychisch labilen Menschen kann eine heftige Krise ausgelöst werden, die psychiatrisch behandelt werden muss.

Wenn du deinen Konsum reflektieren, reduzieren oder komplett aufgeben willst, kannst du dich jederzeit an uns wenden und dich über das spezielle Programm für CannabiskonsumtInnen (CANDIS) informieren.