



# Cannabis och dess effekter



**Kamilla Asp**

Socionom

Mini Maria Stockholm, Framtid Stockholm

Telefonrådgivning 08- 508 43 710

# Innehåll

Stockholmsenkäten

Fakta om cannabis och spice

Cannabis och tonåringen

Rus och skadeverkningar

Risk och skyddsfaktorer för att utveckla ett missbruk

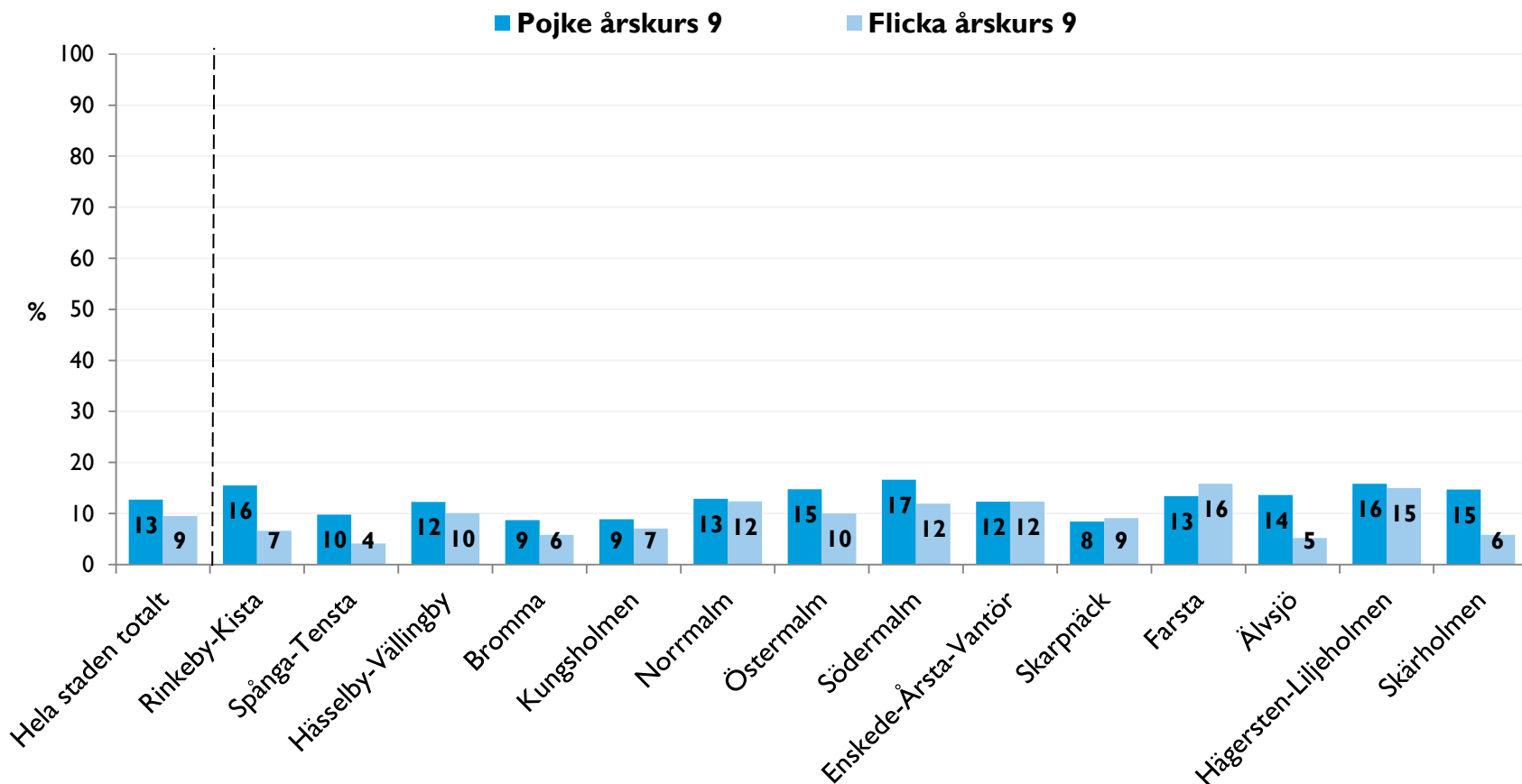
Hur kan vi arbeta med missbruk?

# Analys av Stockholmsenkäten

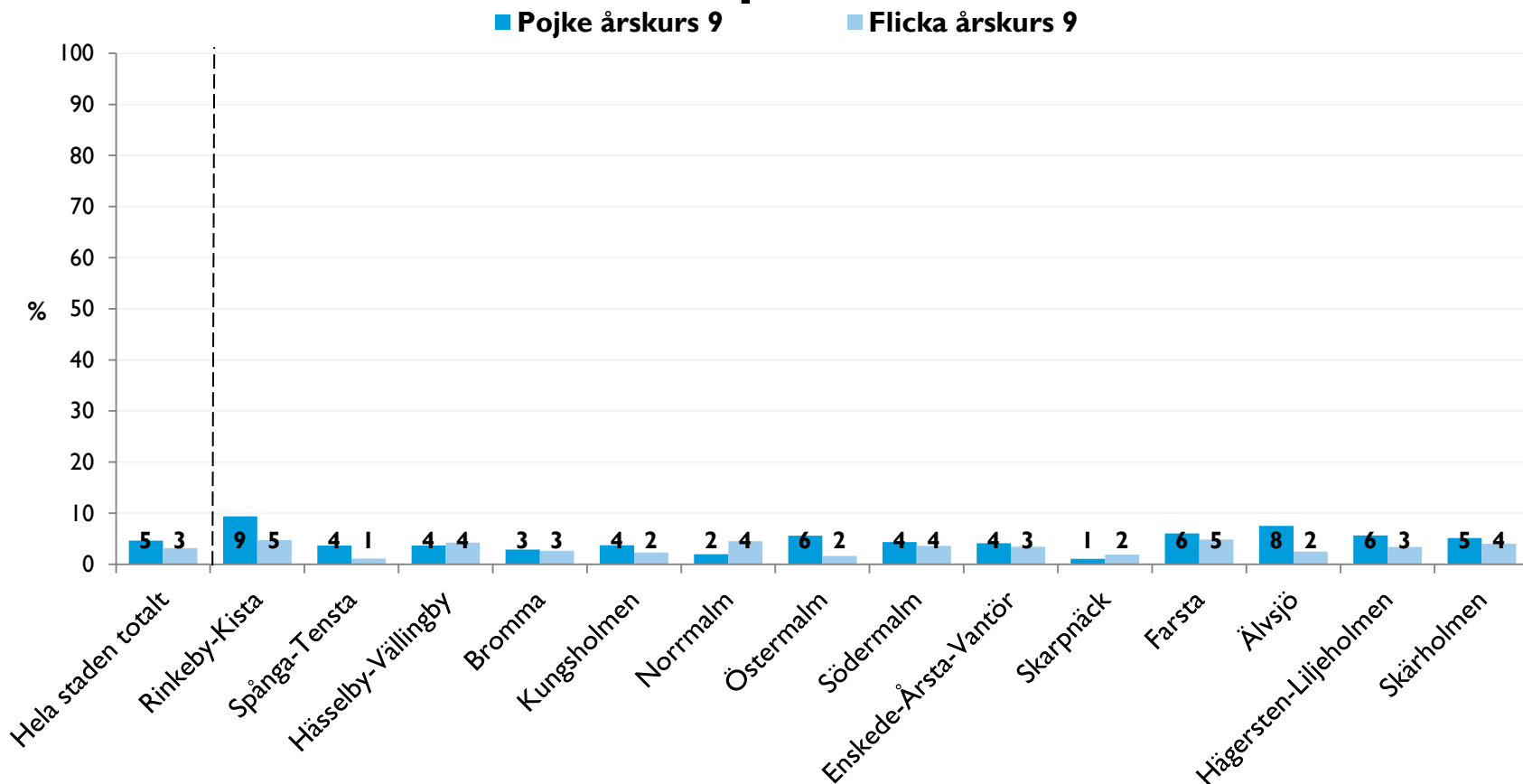
- Tobaksanvändningen minskar
- Ökning av dem som väljer bort alkohol
- Cannabisbruket relativt stabilt över tid
- Attitydsförändring, kanske särskilt hos pojkar. (CAN)
- Stockholm fler användare än övriga landet (Malmö, Göteborg)
- Mer än 70 % i 2:an har inte använt droger.

Ur Stockholmsenkäten 2014

# Elever som någon gång använt narkotika



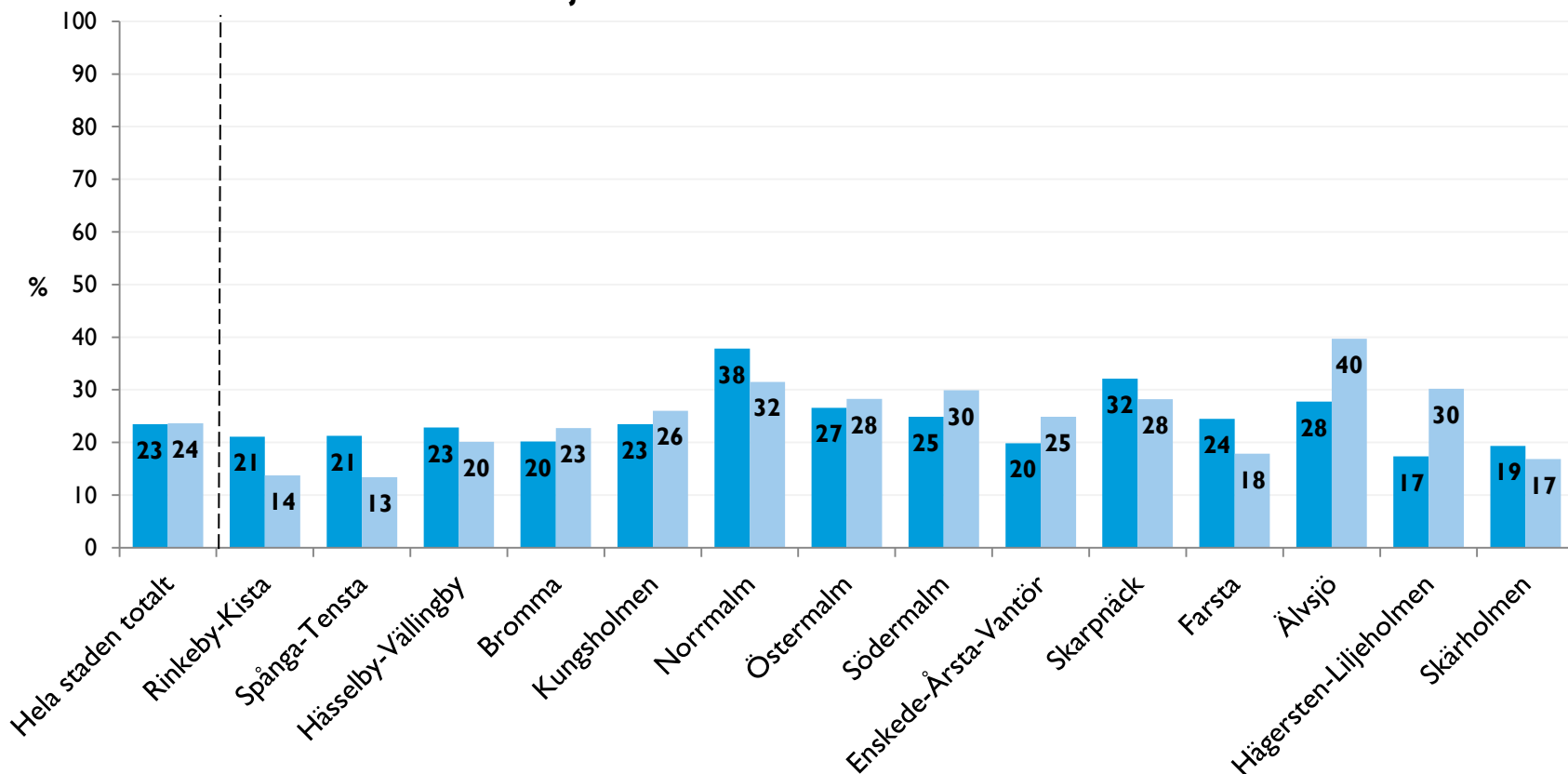
# Elever som någon gång använt narkotika under den senaste 4-veckors perioden (bland samtliga)



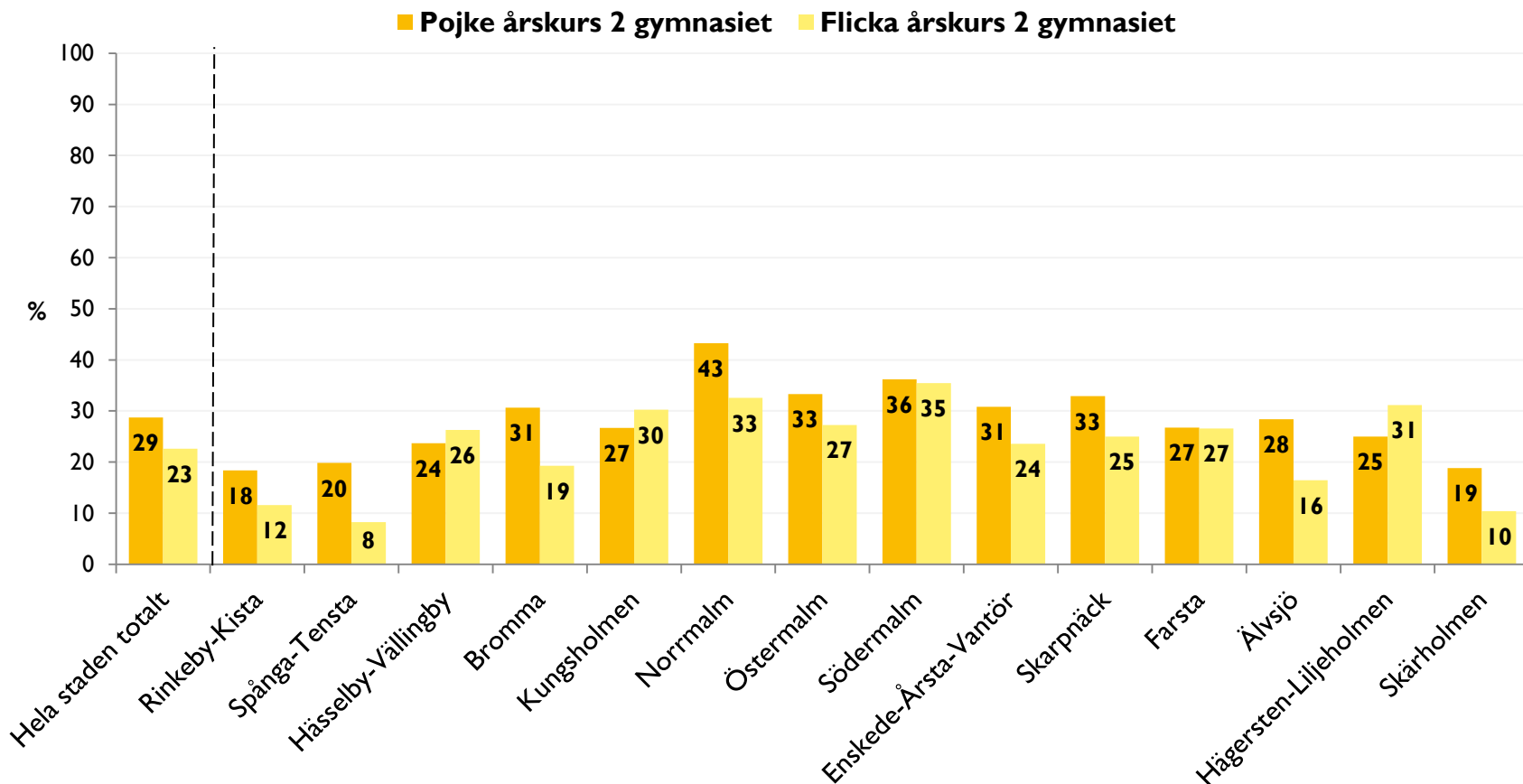
# Elever som någon gång haft möjlighet att prova narkotika (av de som inte använt narkotika)

■ Pojke årskurs 9

■ Flicka årskurs 9

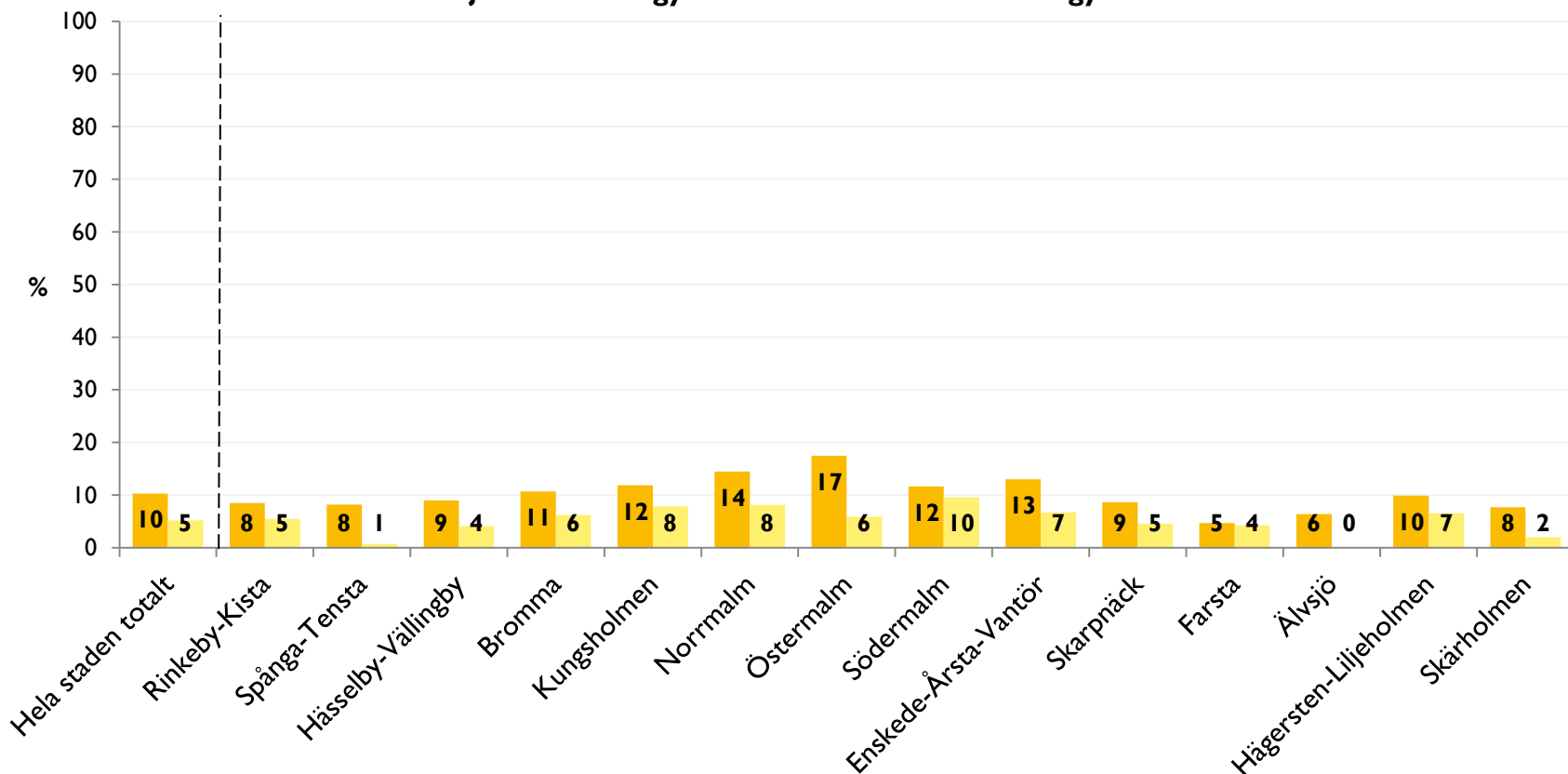


# Elever som någon gång använt narkotika



# Elever som någon gång använt narkotika under den senaste 4-veckors perioden (bland samtliga)

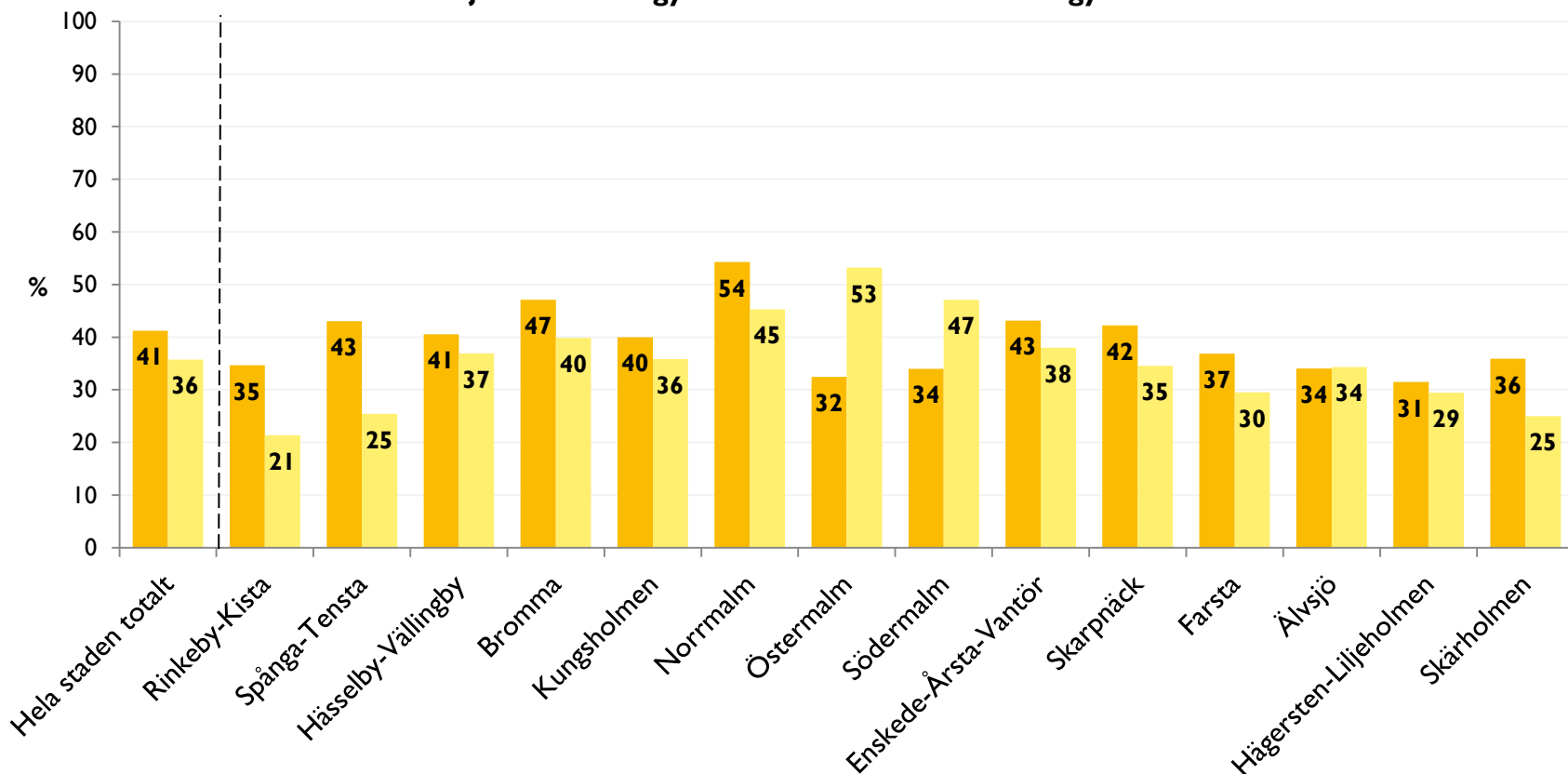
■ Pojke årskurs 2 gymnasiet ■ Flicka årskurs 2 gymnasiet





# Elever som någon gång haft möjlighet att prova narkotika (av de som inte använt narkotika)

■ Pojke årskurs 2 gymnasiet ■ Flicka årskurs 2 gymnasiet



Är hasch och cannabis samma sak?



# CANNABIS

- Röks huvudsakligen för maximal effekt
- Består av ca 400 ämnen, varav 60-80 påverkar psyket.
- THC den cannabinoid som är mest aktivt.
- THC ger ruset och påverkar beroendutvecklingen samt effekter på hjärnan
- CBD, ämne i sig som minskar berusningseffekten av THC.
- Ökade halter av THC senaste åren – lägre halter CBD. År 2008 medelhalten THC 9% - 2013 16%, ej ovanligt med 20-30 %. Cannabisolja innehåller upp till c:a 60% THC.
- THC lagras i fett – halveringstid c:a 6 dagar
- Finns positiva medicinska egenskaper med THC och CBD, de negativa effekterna överväger.

(Droganalysenheten, 2014)

(Nyberg, F. (2013) Cannabis & Cannabinoider)

# Spice

- Ursprunget psykoaktiva örter
- Utvecklades till att blandas med syntetiska cannabinoider, framställda utifrån ett medicinskt syfte.
- Ger först ett lösningsmedelrus och sedan ett marijuanaliknande rus.
- Den antipsykotiska substansen CBD finns ej med.
- Är en drog i ständig förändring. Idag oftast kristaller eller pulver.
- Finns c:a 400 olika spice-sorter. Flera idag narkotikaklassade.

Tänkte skriva ett litet recept på hur man tillverkar Spice.

**1. Köp en flaska Kemiskt Ren Aceton. OBS: Aceton med Olja ska inte användas!**

Gripen Aceton: <http://onyx-repository.gardinpersson...ize/105498.jpg>

Pris: 20kr

Biltema Aceton (1l): <http://www.biltema.se/sv/Bygg/Farg-o.../Aceton-36707/>

Pris: 40kr

**2. Nu behöver du cannabinoiderna för att tillverka Spice. Dessa är: CP 47,497, JWH-018 och HU-210**

Dessa kan köpas på Silkroad eller av annan legitim säljare.

Tips: Vill du göra en annan form utav rökmix kan du köpa billiga cannabinoider här:

<http://www.chemicalservices.net/>

**3. Nu behöver du bara något rökmaterial. Lite tips på bra rökmaterial är: Tobak, Damiana thé, och hampa. Köp EJ knaster för de är oftast kvistar och äckligt skit man INTE vill ha i sitt röka.**

TIPS: <http://smoketower.com/allternative-s...ell-blend.html>

**4. Skaffa en bunke av stål, sten eller något annat material som Acetonet inte kan fräta sönder. Gör du det med en plast bunke så riskerar du att få plast i ditt röka.**

Tips: [http://shop.textalk.se/se/article.ph...ref\\_lp=prisvis](http://shop.textalk.se/se/article.ph...ref_lp=prisvis)

**5. Häll Acetonet i bunken och tillsätt valfri mängd av dessa cannabinoider. Cirka 0,3g utav varje cannabinoid på 30-40g rökmaterial. (OBS: CP 47,497, JWH-018 och HU-210 )**

**6. Lägg ner ditt växtmaterial och låt ligga där i 30 minuter. Rör gärna om under tiden.**

**7. Separera allt växtmaterial från din bunke till en ugnsplåt och låt torka utomhus i ett par timmar. Helst inte inomhus för då kommer ditt hus att lukta aceton. Huvudvärk kan förekomma.**

Så, Grattis! Nu har du gjort ditt egna hemmagjorda Spice och förtjänar betyg A i kemi.

Tips: Rök gärna i bong för bästa njutning och effekt.

Frågor och funderingar tas i tråd och pm. Hjälper dig med all hjälp du vill ha.

Från Flashbacktråd 2011

# Akuta skadeverkningar för Spice

Mer hyperaktivitet och större centralstimulerande effekt

Högt blodtryck

Hög puls

Bröstmärtor

Hjärtinfarkt

Medvetslöshet

Kramper

Agitation/oro

Ångest

Panikanfall

Akut psykos och förvirring vid tidigare stabil psykisk sjukdom

Akut njursvikt

Känslan av att inte få luft

Knudsen, K. 2014, Intoxikation och missbruk - spice

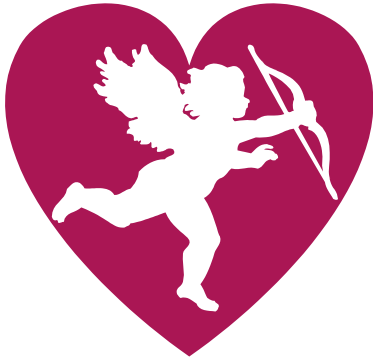
# Cannabis och tonåringen



# Tonåringen

- Tonåringar är extra sårbara för cannabisrökning (tillsammans med personer med psykiatrisk skörhet och gravida kvinnor).
- Hjärnan är under utveckling
- Tonårstiden viktig utveckling fysiologiskt, psykologiskt & socialt.
- Identitetsutveckling – egna tankar, känslor och åsikter.
- Frigörelse från föräldrar.
- Utvecklingsarbete både i tonåringen och i relation till andra.
- Vänner och andra vuxna personer betydelsefulla. Identifiera sig med eller mot. Testa sina tankar. Omvärdera.
- På liv eller död!

(Wrangsjö, Winberg & Salomonsson, Tonårstid, 2006)



# En kärlekshistoria

- Tonår och förälskelse = sant!
- Vissa blir förälskade i cannabis.
- Både droger och förälskelse aktiverar belöningssystemet, dopaminet flödar. Blodet strömmar inte genom frontalloben.
- Frontalloben inte fullt utvecklad hos tonåringar
- Fattar mindre kloka beslut.
- Förståelse, tydlighet och gränser!

# Rus och skadeverkningar

# Två typer av cannabisrus

## ▪ Akut rus:

**fas 1:** (utåtriktad) 15-45 min aktiv, fnissig, pratsam, röda ögon, överkänslig för ljus, hjärtklappning, torr i ögonen mun och svalg.

**fas 2:** (inåtriktad) aktiv i tanken – inåtvänd musiklyssnande, videotittande, flummar för sig själv, stora tankar idéer, färger starkare, lukter mer framträdande. (ca 3 timmar, vanerökare ca 1 timma)

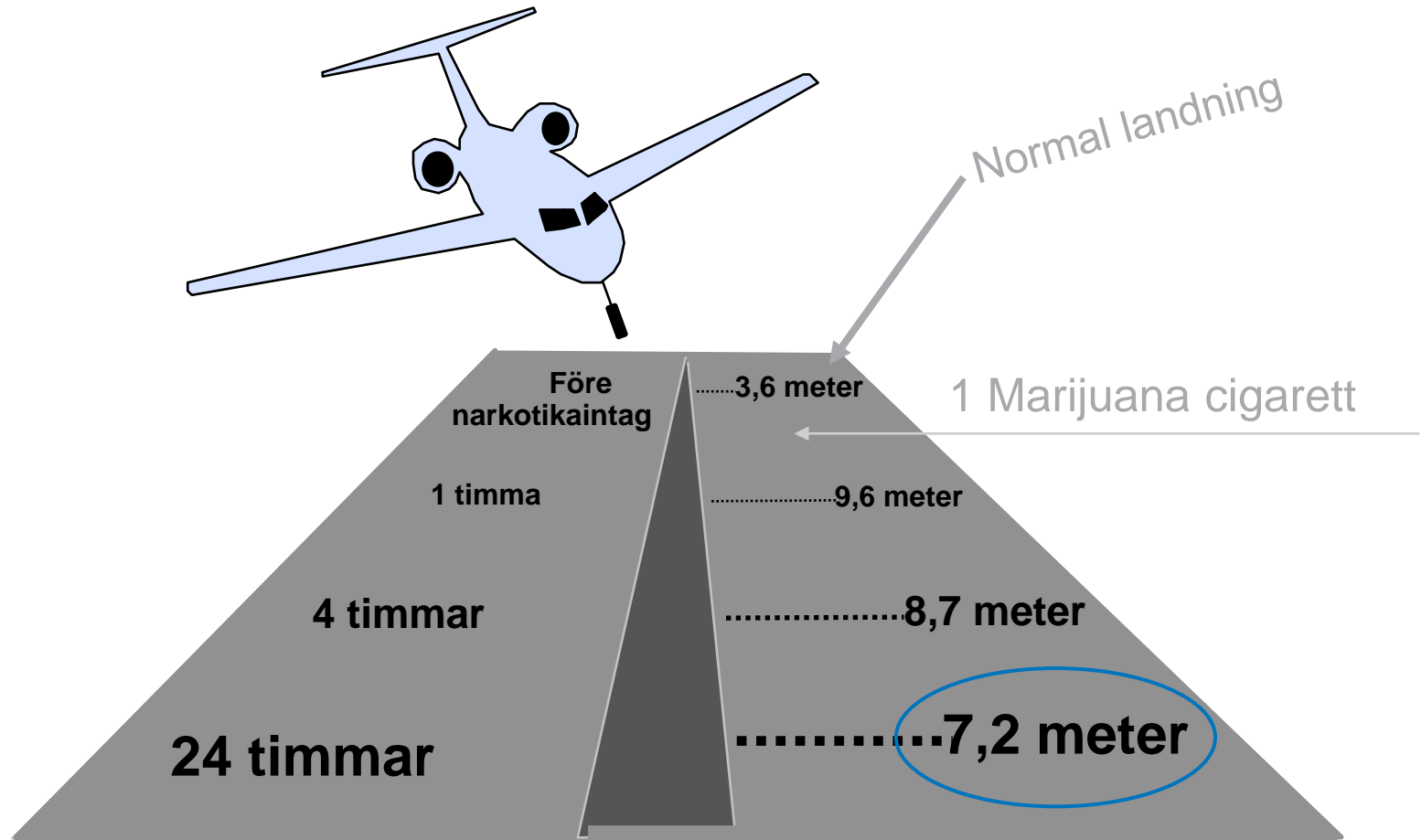
Ångest, panik, olustkänslor rapporteras av ca 20% av alla användare.

Personlighetsupplösning, psykossymptom och hallucinationer ca 15%. (Tengström, A. Ungdomar och cannabis)

## ▪ Kroniskt rus:

Vid kontinuerligt, långvarigt cannabisrökande lagras THC i kroppens fettvävnader och ett beroende utvecklas.

# Cannabiseffekt vid landning



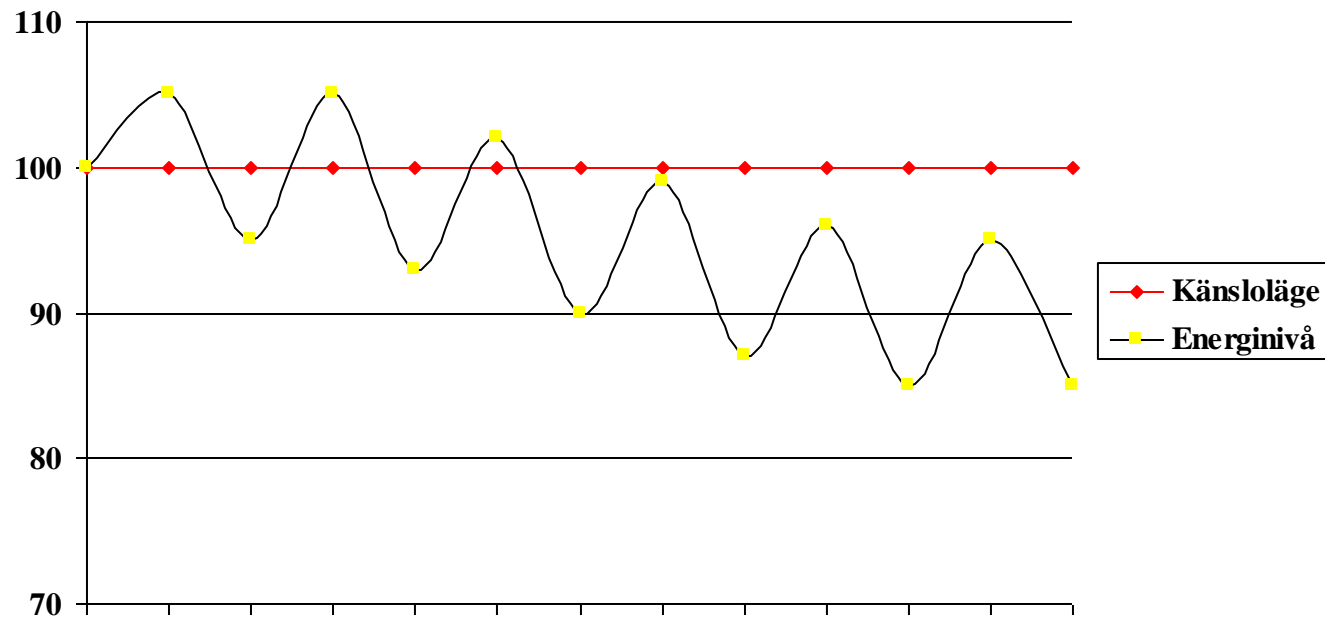
Källor: Yesavage, J. A., Leirer, V. O., Denari, M., & Hollister, L. E. (1985).  
Leirer, VO, Yesavage, J. A. & Morrow, DG. (1991).

# Det kroniska rusets skadeverkningar

- Svårt att sova om man inte har rökt cannabis
- Sänkt blodflöde i hjärnan ~ 10%
- Försämrade kognitiva tankefunktioner; minnet, analytiska förmågan, språket, flexibilitet, orientering, koncentration/uppmärksamhet.
- Upplevs "barnsligare" , passiv och slö.
- Bryr sig inte om någon/något, bara att få röka
- Minskning av sexualdrift samt minskat intresse för pojkar/flickor
- Allt känns meningslöst, nedstämdhet/depression
- Utnyttjar inte sitt hela potential - en mindre bra upplaga av sig själv!

(Tengström, A. 2013, Ungdomar och cannabis)

# Känsloläge/Energinivå



# Konsekvenser av cannabisbruk

- Beroende, fysiskt och psykiskt
- Minne och kognition, motorisk förmåga och reaktionstid försämras.
- Samband mellan cannabis - ångest, psykotiska symptom och framkallande av psykiatriska sjukdomar som schizofreni.
- Somatiska sjukdomar (cancer, luftvägssjukdomar, hjärt/kärl)
- Sociala/socioekonomiska (dåliga skolresultat, låg inkomst, social bidragstagare, bristande engagemang i arbetslivet)

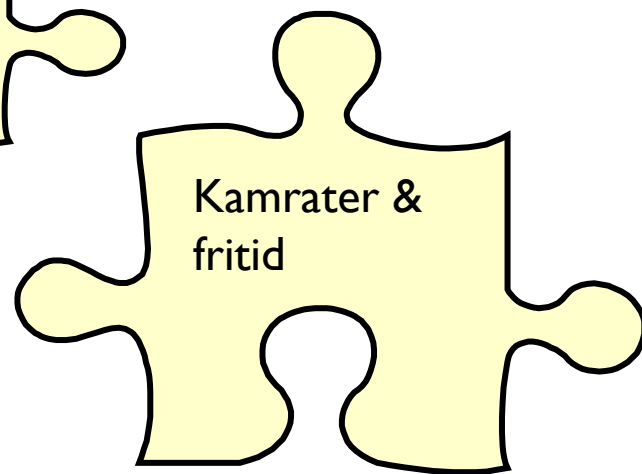
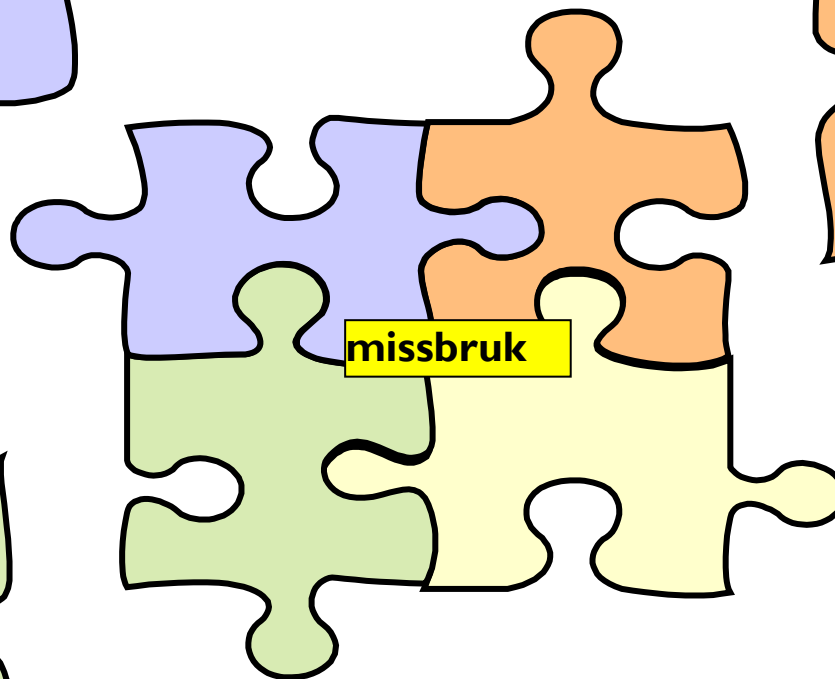
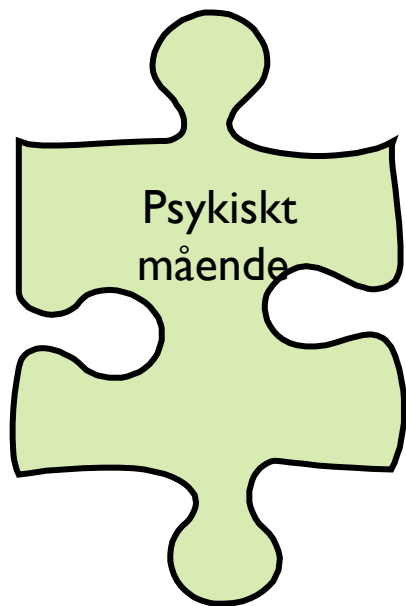
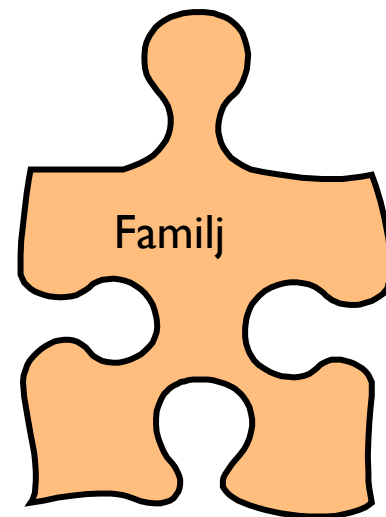
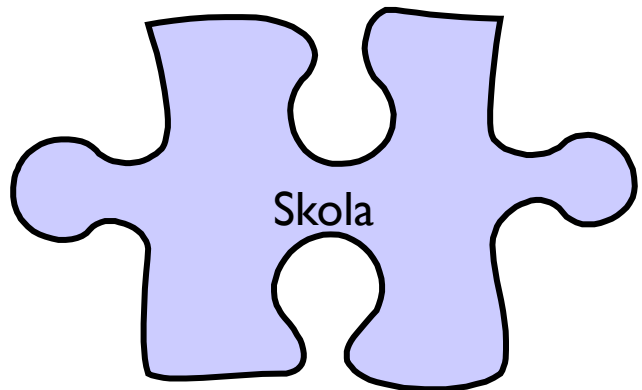
(Cannabis i Stockholms län Konsumtion och konsekvenser rapport 2015:1 Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin)

(Nyberg, F. 2013. Cannabis och cannabinoider)



# Risk och skyddsfaktorer





# Faktorer som utgör större risk för missbruk

- Normbrytande beteende
- Depression
- Ångest
- ”Problematiska” kamrater
- Avsaknad av fritidsaktiviteter
- Bristande skolanknytning
- Föräldrar med bristande tillsyn och engagemang om sina barn
- Konflikter i familjen
- Psykisk ohälsa eller missbruk inom familjen
- Tidig egen debut av tobak/alkohol/narkotika

<http://www.lpsykiatristod.se/Psykiatristod/Psykiatriprogram/Narkotikaberoende/Missbruk-bland-ungdomar>

Sundell, K & Forster, M. FoU-rapport 2005:1 En grund för att växa.

# Skyddsfaktorer

- Stödjande hemmiljö, trivsel i skolan, god självbild och bra kompisrelationer

(Sundell, K., 2008, *Risk och skyddsfaktorer för narkotikabruk ur i Narkotikan i Sverige*)

- Närvarande och engagerade föräldrar

(Danielsson, A-K. 2011, *Adolescent alcohol use*, Karolinska Institutet)

- Tydliga förväntningar på beteende och att vara med sina barn och ha roligt tillsammans (ökar motivationen för förväntningarna)

Sundell, K. & Forster, M. FoU-rapport 2005:1 En grund för att växa .

- Begränsningen av alkohol/droger/tobak (systembolaget, åldersgränser, skatt mm) stor effekt.

(Källa: Berusning på schemat? Statens folkhälsoinstitut. 2010)

# Tobak vs. Alkohol

- 64 procent av de elever som röker regelbundet har testat cannabis. Bland elever som aldrig rökt vanlig tobak har bara fyra procent testat cannabis.
- Av de elever som regelbundet dricker sig berusade har 51 procent testat cannabis. Av de som aldrig dricker sig berusade är motsvarande siffra en procent.

Undersökning som Statens folkhälsoinstitut låtit genomföra bland elever på sex gymnasieskolor i Skåne 2010.

# Riskgrupp

- Elever i åk 2 gymn som använt cannabis minst 20 ggr har höga poäng på flera riskfaktorer. De har använt andra droger i större utsträckning (44% jmf 3,4%), högkonsumenter av alkohol (43% jmf 12%), dagliga tobaksrökare (56% jmf 14%), skolkar minst 2-3 ggr/månad (42% jmf 13%), föräldrar som inte säger nej till alk/tob/narkotika (26% jmf 8%).

(Urval 8000 st gymn. Jmf samtliga gymnasieelever. Åk 2. Ur Guttormsson, Raninen & Leifmann, 2014, Vad vet vi om cannabisanvändningen bland unga, CAN)

# Vad kan skolan göra?

- God anknytning och studieframgång i skolan är vaccination mot framtida drogmissbruk!
- Enbart ökad kunskap förändrar inte beteenden men faktakunskap och kritiskt förhållningssätt till kunskap hjälper unga att fatta klokare beslut i kombination med lärarens attityd.

(Berusning på schemat? Statens folkhälsoinstitut. 2010)

# Hur kan vi arbeta med riskbruk/missbruk





# Vad säger ungdomar som inte använder cannabis?

- Man vill ju inte göra sina föräldrar besvikna
- Mer kunskap, information och diskussion från skolan och andra vuxna i ungdomars närhet

(Fokusgruppsundersökning från 2013, Trestad 2, 2013)

# Vad innebär det för oss professionella?

I mötet med en ungdom som använder/ använt cannabis:

- Hur vi gör är viktigare än vad vi säger.
- Var påläst så att du känner dig trygg i din kunskap.
- Visa nyfikenhet.
- Lyssna och bekräfta.
- Undvik att korrigera.

# Hur diskuterar vi?

- Utgå från ungdomens kunskap och perspektiv.
- Vad har ungdomen sett som kan vara ett bekymmer?
- Vad är relevant för hen.
- Våga fråga också om de positiva effekterna
- Du breddar perspektiven genom dialog istället för att gå in i en argumentationsmaktkamp.

# Viktiga principer för tidiga insatser

- Bidra till att stärka relationen mellan barn och förälder – föräldrar finns med över tid.
- Ingå inte i oheliga allianser med ungdomar – var tydlig med din roll.
- Glöm inte bort din anmälningskyldighet.
- Mini Maria Stockholm för rådgivning – 08- 508 43 710

# Vad kan man läsa och hitta på nätet

- [www.droginfo.com](http://www.droginfo.com)
- [www.flashback.com](http://www.flashback.com)
- [www.nida.nih.gov](http://www.nida.nih.gov)
- [www.can.se](http://www.can.se)
- Film: sanningen om cannabis (hälsofrämjande film/youtube)
- [www.accentmagasin.se](http://www.accentmagasin.se)