

Марихуана:

факти
за
тийнейджъри

? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ?

? ? ? ? ? ? ? ? ?

Съдържание:

Какво представлява марихуаната?	2
Как се употребява марихуаната?	4
Колко дълго остава марихуаната в организма на употребилият?	5
Колко тийнейджъри пушат марихуана?	5
Защо младите хора употребяват марихуана?	5
Какво се случва, ако пушите марихуана?	6
Какви са краткотрайните ефекти при употреба на марихуана?	8
Оказва ли влияние марихуаната на ученето, спорта и другите дейности?	9
Какви са дълготрайните ефекти при употреба на марихуана?	9
Води ли употребата на марихуана до употреба и на други наркотични вещества?	10
Как можем да разберем дали някой е употребил марихуана?	11
Използва ли се марихуаната понякога като лекарство?	11
Как се отразява употребата на марихуана върху шофирането?	12
Ако бременна жена пуши марихуана, това води ли до увреждане на плода?	12
Какво е въздействието на марихуаната върху мозъка?	14
Може ли да се развие зависимост към марихуаната?	15
Има ли лечение, което да помага на употребяващите марихуана?	16

Какво представлява марихуаната?

Марихуаната е зелена, кафява или сива смес от изсушени и нарязани листа и цъфтящи връхчета на конопа. Съществуват повече от 200 жаргонни наименования, напр. билка, трева, Мери Джейн, ганджа и др.

Синсемила (това е испанска дума), хашиш (хаш за по-кратко) и хашишовото масло са по-силните форми на марихуаната.

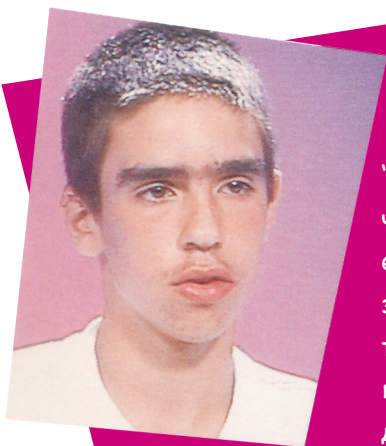
Всички форми на марихуаната въздействат на мозъка - променят начина, по който той функционира. Те всички съдържат ТНС (делта-9-тетрахидроканабинол) - основната активна химична съставка в марихуаната. Тя също така съдържа над 400 други химически съставки. Ефектите на марихуаната зависят от съдържанието на ТНС.

В наши дни марихуаната е значително по-силно действаща, отколкото предлаганата през 70-те години.



Факт:

Повечето тийнейджъри
не използват марихуана.
По-малко от 4 от 10
ученици някога в живота
си са пробвали марихуана.



"Аз изобщо не мисля, че пушенето на трева е готино. Не разбирам защо мои връстници толкова я хвалят и предлагат на другите да пробват."

(от видеофилма
"Марихуаната: какво могат
да направят родителите?")

Как се употребява марихуаната?

Обикновено се пуши като цигари. Напоследък се среща като цигари, наречени блънт.

Колко дълго остава марихуаната в организма на употребилия?

THC в марихуаната лесно се усвоява от мастните тъкани в различните органи. Следи от марихуана в тялото се откриват със стандартните уринни тестове - най-рано от 2 до 4 часа, най-късно от 2 до 14 дни след употребата. При редовно употребяващи следите от марихуана могат да се открият и няколко седмици след като са спрели употребата.

Колко тийнейджъри пушат марихуана?

Противно на широко разпространеното мнение повечето млади хора всъщност не употребяват марихуана. Макар че в България употребата на марихуана бележи бум през последните години, все още едва 4 от 10 ученици от горните класове употребяват това вещество. Данните са от последното изследване "Ученици и психоактивни вещества", проведено в гр. София през 2004 г. от екип на Националния център по наркомании и Превантивно-информационния център по проблемите на наркоманиите (ТИЦ по ПН). Изследването обхваща ученици от 9 до 12 клас.

Защо младите хора употребяват марихуана?

Има различни причини, поради които някои ученици и млади хора започват да пушат марихуана. Много от тях започват, защото виждат, че големите им братя и сестри - а понякога и други членове на семейството - правят това. Някои се поддават на натиск от страна на приятелите си. Други си мислят, че е модерно и "яко", защото са гледали филми и са слушали музика на тази тема. Част от

младите хора смятат, че марихуаната ще им помогне да се справят с проблемите в къщи, в училище и с приятелите.

Няма значение колко любими ваши групи пеят за марихуаната. Запомнете:

Не е нужно да употребявате марихуана само защото така правят всички.

Все пак повечето младежи не го правят!

Какво се случва, ако пушите марихуана?

Начинът, по който въздействат психоактивните вещества на всеки човек, зависи от много фактори:

- предишен опит с психоактивни вещества;
- вида на продукта (каква концентрация на ТНС има);
- какви са очакванията на употребяващия;
- мястото, на което се употребява;
- начинът, по който се употребява;
- дали употребяващият използва и други вещества, например алкохол.

Някои хора изобщо нищо не чувстват, когато пушат марихуана. Други може да се почувстват релаксирани или превъзбудени. Понякога един от ефектите е чувство на глад и жажда.

Някои хора преживяват "кофти" ефекти от употребата - те могат да се почувстват много тревожни и да бъдат споходени от параноични мисли. Това се получава, когато се използват по-силните варианти на марихуаната.

Факт:

Марихуаната може
да повлияе негативно
на твоите дейности
в училището, спорта
и в други области
от живота ти.

Какви са краткотрайните ефекти при употреба на марихуана?

- Проблеми с паметта и ученето.
- Разстройство на възприятията (образни, звукови, времеви, тактилни усещания).
- Проблеми с мисленето и взимането на решения.
- Нарушена координация и забавени реакции.
- Учестяване на сърдечния ритъм.



"Аз бях добър спортист, но когато започнах да употребявам наркотици, прекъснах спортните си занимания, защото смятах, че имам по-важни неща за правене."

(от видеофилма "Марихуаната: какво могат да направят родителите?")

Ефектите от употребата на марихуана са още по-неприятни, когато тя се комбинира с други наркотици. Употребяващите не винаги знаят с какви примеси е дрогата, която ползват.

Оказва ли влияние марихуаната на ученето, спорта и другите дейности?

Да. Марихуаната оказва влияние на паметта, възприетията, преценката на ситуацията. Марихуаната може да ти донесе проблеми в училището, спорта и отношенията с приятелите. Ако редовно използваш марихуана, ти си застрашен да правиш глупави грешки, които могат да ти навлекат проблеми и дори да те наранят. Можеш да започнеш да губиш интерес за това как изглеждаш, как се представяш в училище и в другите дейности, в които участваш.

Спортистите например може да изгубят интерес към спортуването. Човек губи способността си за правилна преценка на ситуацията и това може да го доведе до рисково сексуално поведение. То от своя страна е една от най-често срещаните причини за заразяване с ХИВ - вируса, причинител на СПИН.

Какви са дълготрайните ефекти при употреба на марихуана?

Открито е, че употребата на марихуана влияе за появата на някои видове злокачествени тумори, на респираторната и имунната системи.

- **Рак** - трудно е да се каже дали редовната употреба на марихуана причинява рак. Със сигурност обаче се

знае, че марихуаната съдържа някои от съставките на тютюна, които причиняват рак. Изследванията показват, че който пуши по пет цигари марихуана на ден, приема много повече причиняващи рак химически съставки, отколкото пушещия една кутия никотинови цигари всеки ден.

- **Бял дроб и дихателни пътища** - хората, които пушат марихуана, често имат същите дихателни проблеми, както и пушещите тютюн. Те са предразположени към по-чести заболявания на дихателния тракт, отколкото неупотребяващите, и са изложени на по-голям риск да развият тежки белодробни инфекции, например пневмония.
- **Имунна система** - изследванията с животни доказват, че ТНС може да увреди клетките и тъканите, които предпазват от заболявания, поради което защитните сили на организма намаляват. Когато имунните сили са отслабени, по-често се разболяваме.

Води ли употребата на марихуана до употреба и на други наркотични вещества?

Би могло. Дългосрочни изследвания сред ученици от горните класове показват, че много малко от тях употребяват други нелегални вещества, без да са пробвали преди това марихуана. Например рискът да се започне употреба на хероин, кокаин или други вещества е много по-голям сред вече пушилите марихуана, отколкото сред тези, които никога не са използвали. Пушенето на трева създава предпоставки да се контактува с хора, които

употребяват и разпространяват и други наркотици. Ето защо има риск употребяващите марихуана да преминат към употреба и на други вещества. Учените са установили, че съществува вероятност при дълговременна употреба на марихуана да настъпят такива промени в мозъка, които поставят човека в риск да започне да употребява и други вещества, например алкохол и кокаин. Необходими са по-нататъшни изследвания, които да докажат кои групи са в най-голям риск.

Как можем да разберем дали някой е употребил марихуана?

Ако някой е употребил марихуана, той/тя биха могли да бъдат:

- замаяни и да имат нарушена координация;
- безпричинно весели и да се държат глуповато;
- със зачервени очи;
- трудно запомнят неща, които са се случили току-що.

Когато ефектите от употребата на марихуаната изbledнеят след няколко часа, на употребилият може да му се доспи.

Използва ли се марихуаната понякога като лекарство?

Говорено е много за възможната употреба на марихуаната като лекарство. Според закон на САЩ от 1970 г. марихуаната е в списъка на веществата под контрол на държавата. Това означава, че веществата от този списък, особено в тяхната форма за пушене, не се използват за медицински цели.

Активната съставка на марихуаната ТНС се произвежда на таблетки, които се използват за предотвратяване на гадене и повръщане при пациенти със злокачествени заболявания и СПИН. Това се налага, за да могат да запазят теглото си. Според учените са необходими нови и повече изследвания, които да проучат други потенциални възможности за използване на ТНС за медицински цели.

Как се отразява употребата на марихуана върху шофирането?

Марихуаната сериозно нарушава основните и най-важни умения, необходими за шофиране: способност за концентрация, бързи реакции и координация. Употребата на марихуана води до погрешна преценка на разстоянията на пътя и значително увеличава риска от пътнотранспортни произшествия. При изследване, проведено в Мемфис, Тенеси, учените откриват, че от 150 шофьори, арестувани за неразумно шофиране, 33% са с позитивни резултати за марихуана и 12% с позитивни за марихуана и за кокаин. Данните показват също така, че хората, които са пушили марихуана, показват същата липса на координация както тези, които шофират пияни.

Ако бременна жена пуши марихуана, това води ли до увреждане на плода?

Лекарите препоръчват бременните жени да не използват никакви наркотици, защото това може да увреди плода. Едно изследване с животни показва, че при употреба на марихуана се стига до загуба на плода още в ранна бременност.

Факт:

Не бива да се шофира след употреба на марихуана. Употребилите често не могат да реагират адекватно на знаците и звуците по време на шофиране.

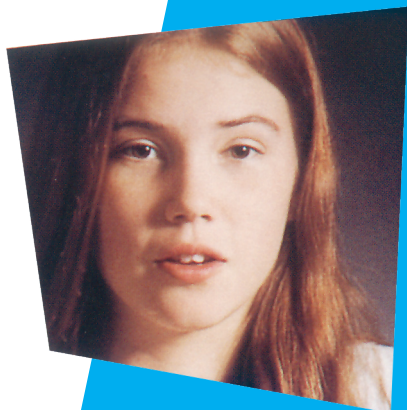
Други изследвания показват, че новородените от майки, употребявали марихуана по време на бременността, показват по-висока степен на поведенчески разстройства по време на ранното детство и предучилищната възраст. В училищна възраст тези деца може да имат нарушения в паметта и вниманието, както и да проявят нарушена способност за взимане на решения.

Изследванията не са категорични дали разстройствата, причинени от ранна употреба на марихуана, остават и когато детето е вече пораснал възрастен. Така или иначе, една част от мозъка остава да функционира под въздействието от употребата на марихуана и това е достатъчно да предпостави появата на проблеми в периода на зрелостта.

Какво е въздействието на марихуаната върху мозъка?

Някои изследвания показват, че продължителната употреба на марихуана (години наред) може да увреди умствените способности. Ежедневната употреба води до увреждане на тези части на мозъка, които контролират паметта, вниманието и познавателните функции.

Пушенето на марихуана причинява някои промени в мозъка, които причиняват и кокаинът, хероинът и алкохолът. Учените все още изучават многото начини, по които марихуаната влияе на мозъка.



"Когато се опитам да
разбера нещо, моят мозък
все едно е спрял да работи."

(от видеофилма
"Марихуаната: какво могат
да направят родителите?")

Може ли да се развие зависимост към марихуаната?

Да. Дълговременната употреба води до зависимост при някои хора. Те не могат да контролират употребата и търсенето на марихуана, макар да разбират, че това повлиява негативно на отношенията им в семейството, на спортните и училищните занимания. Според изследване използването на марихуана от тийнейджъри, които имат антисоциално поведение, може бързо да доведе до зависимост. Някои редовно употребяващи може да повишат толеранса си към марихуаната и нейните ефекти. Това

означава, че те ще имат нужда от все повече вещество, за да постигнат ефекта, който са имали при употребата на по-малки количества.

Има ли лечение, което да помага на употребляещите марихуана?

На този етап в България няма специализирани програми за употребляещи марихуана. Те могат да се обърнат към центровете за лечение на зависимости. Лечението е подобно на използваното при зависимости от други вещества. То включва когнитивно-поведенческа и мултисистемна терапия, индивидуално и групово консултиране и редовно посещаване на срещи на подкрепящи групи като Анонимни наркозависими.

Напоследък изследователите изпробват различни начини да привлекат за лечение употребляещите марихуана и да им помогнат да спрат употребата. Засега не съществува специфично медикаментозно лечение на зависимост към марихуана. Терапевтичните програми са фокусирани върху консултирането и подкрепящите групи. Тенденциите са да се обучават терапевтите да разпознават кои характеристики на употребляещия предразполагат към успешно лечение и кой терапевтичен подход би бил най-полезен.

Прогресът в лечението и методите да се помогне на употребляещия марихуана включва структура от голям брой програми. Това трябва да бъдат независими лечебни услуги. Семейните лекари също са добър избор за информация и помощ при проблеми с марихуаната.

За повече информация за
марихуаната и други пси-
хоактивни вещества можете
да посетите сайта на NIDA
- National Institute on Drug
Abuse, USA, www.nida.nih.gov,
както и сайта на Националния
център по наркомании, София,
www.ncn-bg.org.

Трewanтивно-информацио-
нен център по проблемите на
наркоманиите към Столична
община

1504 София
бул. "Васил Левски" 126
тел. (02) 944 64 97
факс: (02) 943 39 80
e-mail: sofiamca@online.bg
www.sofiamca.hit.bg

