

VANTAA



KANNABIS

“ Ei mieto eikä vaaraton huume ”

**Tietoa nuorten vanhemmille
ja nuorten parissa työskenteleville**

YLEISTÄ

Kannabiksen historia päihdekäytössä on jo tuhansia vuosia vanha. Kannabistuotteita tavataan kolmea eri tyyppiä. *Marihuana* kuivatetaan kasvin lehdistä ja varsista. Se on ruohon kaltaista vihertävää, kellertävää tai ruskeaa rouhetta. *Hasis* valmistetaan kannabiskasvin kukinnoista erittyvästä hartsimaisesta pihkasta yleisimmin levymäiseen muotoon. Sen väri vaihtelee vaalean harmahtavasta ruskeaan tai miltei mustaan. *Kannabisöljyä* uutetaan kasvin kukinnoista tai lehdistä sekä puserretaan pähkylöistä. Se on tuoreena vihertävää, vanhetessaan rusehtavaa ja moneen kertaan filteroituna lähes väritöntä öljyä.

Päihdehampusta on eristetty yli 400 kemiallista ainesosaa, joista huumaavia kannabinoideja on yli 60. Psykoaktiivisilta ominaisuuksiltaan tärkeimpänä pidetään *THC*:tä. Eri kannabistuotteen sisältävät laadun ja valmistustavan mukaan *THC*:tä seuraavasti:

- Marihuana 0.35 – 12 painoprosenttia
- Hasis 4 – 10 %
- Kannabisöljy 10 – 60 %

Marihuanaa käytetään käärimällä kannabisrouhe savukkeeksi tupakan tavoin. Hasis käytetään yleisimmin polttamalla piipussa (maissipiippu, puuleikkauksin koristeltu hasispiippu, vesipiippu, ”bongi”) tupakkaan sekoitettuna tai jopa sellaisenaan. Hasista voidaan käyttää myös erilaisissa leivonnaisissa, konvehdeissa ja keitoksissa. Hasiskakkua nimitetään joskus ”avaruskakuksi”. Kannabisöljyä käytetään kostuttamaan savuketta. Suomessa sen käyttö on harvinaisempaa.

KANNABIKSEN VAIKUTUKSET

On todettu, että *mielenterveyshäiriöiden riski* näyttää lisääntyvän kannabiksen käytön lisääntyessä. Tuoreet tutkimustulokset vahvistavat oletusta, että kannabiksen käyttö lisää psykoottisten oireiden sekä skitsofreniaan ja masennukseen sairastumisen riskiä. Vieläkään ei tiedetä varmuudella, laukaiseeko kannabiksen käyttö skitsofrenian tai masennuksen näille häiriöille alttiilla henkilöillä vai aiheuttaako kannabis suoranaisesti sairastumisen mahdollisesti muuten terveillä henkilöillä. Väestötutkimusten perusteella on arvioitu, että uusien skitsofreniatapausten ilmaantuminen vähenisi merkittävästi, jos kannabista ei käytettäisi lainkaan.

Kannabiksen vaikutukset riippuvat käyttäjän psyykkisestä rakenteesta, ympäristöstä, kokemuksista ja ennako-odotuksista. Kannabis vaikuttaa moniin aivojen osiin, erityisesti otsalohkoon, limbiseen järjestelmään ja pikkuaivoihin. Nämä huolehtivat älyllisistä toiminnoista, tunteista, muistista ja liikkeiden koordinaatiosta.

Välittömät vaikutukset

Kannabikseen pääasiallinen vaikutus on *keskushermostolama*, johon liittyy usein mielihyvän tunne. Jotkut kannabiksen käyttäjän kuitenkin ahdistuvat ja kokevat kannabiksen vaikutuksen epämiellyttävänä. Päihtynyt on alkuun ulospäinsuuntautunut, puhelias, aktiivinen ja naureskeleva. Ajatuksen lento on runsasta (tai syvälistä) ja erilaiset aistikokemukset voimistuvat. Suurin annoksin kannabiksen on kuvattu aiheuttavan aistiharhaisuutta ja sekavuutta. Kannabis ei alkoholihumalan tavoin aiheuta krapulaa, mutta kannabiksen aineosat poistuvat hitaasti viikkojen kuluessa.

Fyysisinä oireina on ääreisverenkierron vilkastuminen, silmän valkuaisten punoitus, silmien, nielun ja suun kuivuminen, sydämen tykytys, huimaus, yskä ja ruokahalun lisääntyminen.

Kannabis *heikentää ajan, paikan, nopeuden ja etäisyyden arviointia*. Nämä ja keskushermostolaman aiheuttama koordinaatiokyvyn, reaktiokyvyn ja muistin huononeminen lisäävät onnettomuusriskiä. Yksi kannabiksen käyttökerta heikentää koordinaatiokykyä ja muistia ratkaisevasti, mutta esimerkiksi alkoholihumalaan verrattuna käyttäjä ei pysty itse toteamaan heikentynyttä suorituskykyään. Kannabiksen aiheuttama hyvänolontunne ym. helposti tunnistettavat vaikutukset kestävät yhden käyttökerran jälkeen vain muutamia tunteja, mutta suorituskyky heikkenee niin pitkäksi aikaa kun yhdiste viipyy elimistössä.

Kannabiksen *imelä tuoksu* tarttuu useiksi tunneiksi käyttäjän hengitykseen, vaatteisiin ja hiuksiin. Tuoksu muistuttaa poltettua hampukkoyttä tai poltettua vanhaa heinää.

Pitkäaikaisen käytön vaikutukset

Kannabiksen vaikutuksia kohtaan kehittyi *toleranssi*, jonka vuoksi annosta on suurennettava toivotun vaikutuksen aikaansaamiseksi. Sen säännöllinen käyttö johtaa yksilöllisiin psykologisiin muutoksiin ja käytöshäiriöihin. Krooninen käyttö aiheuttaa usein väsymystä, velttoutta, haluttomuutta, masentuneisuutta, ahdistuneisuutta sekä joskus sekavuutta, pelkotiiloja ja paniikkikohtauksia.

Kannabiksen pitkäaikainen käyttö heikentää oppimis- ja keskittymiskykyä sekä aiheuttaa muutoksia ajattelukyvyssä. Mielleyhtymät muuttuvat epäjohdonmukaiseksi, tilanearviokyky heikkenee ja käyttäjillä esiintyy häiriöitä ajan, paikan ja etäisyyksien tajussa. Tunteiden ja mielihyvän kokeminen vaikeutuu ja vähenee häiritsevästi.

Jatkuva kannabiksen polttaminen aiheuttaa samoja fyysisiä oireita hengitysteissä kuin tupakointikin: kroonisia keuhkoputken tulehduksia, keuhkolaajentumia, yskää. Keuhkosyövän riskin lisäksi kurkunpään, nielun ja suun alueiden syöpäriski kasvaa. Cannabis myös heikentää elimistön puolustusmekanismeja saattaen näin lisätä erilaisia infektioita.

Kannabiksen käyttö heikentää miehillä sperman laatua. Naisille seurauksena saattaa olla kuukautiskierron häiriöitä ja seksuaalisuuden halukkuuden vähentymistä. Rasvaliukoiset kannabinoidit läpäisevät istukan ja kertyvät sikiöön. On todettu, että kannabista polttavien äitien lapset ovat syntymäpainoltaan ja pituudeltaan sekä pään ympärysmitaltaan normaalia pienempiä.

Pitkään kannabista polttaneilla ihmisillä on todettu aivoatrofiaa eli aivosolujen surkastumista. Myös muutoksia aivojen verenkierrossa sekä aivojen sähköisessä toiminnassa on todettu esiintyvän verrokkiryhmää enemmän.

Kannabis aiheuttaa lähinnä psyykkistä riippuvuutta, fyysinen riippuvuus on vähäisempää. Pitkäaikaisen kannabiksen polton vieroitusoireet voivat olla vähäisiä, mikä selittyy kannabiksen elimistöstä poistumisen hitaudella. Elimistö ehtii sopeutua pikkuhiljaa kannabiksen aiheuttamiin hermostollisiin muutoksiin. Vieroitusoireina on kuvattu rauhattomuutta, pahoinvointia, hikoilua, vapinaa, unihäiriöitä ja lihaskipuja useiden vuorokausien ajan.

KANNABIKSEN IMEYTYMINEN JA POISTUMINEN KEHOSTA

Rasvaliukoisina aineina kannabinoidit imeytyvät nopeasti keuhkoista verenkiertoon ja sitä kautta keskushermostoon.

Kannabiksen vaikutukset ilmenevät 5-10 minuutin kuluttua polttamisen alkamisesta ja ovat voimakkaimmillaan noin 20 minuutin kuluttua. Käytetyistä annoksista riippuen vaikutukset kestävät 15 minuutista neljään tuntiin, joskus jopa kuusi tuntia kunkin annoksen jälkeen. Mikäli kannabista syödään tai juodaan, alkavat vaikutukset hitaammin, yleensä 30-60 minuutin kuluessa ja kestävät noin neljästä kuuteen tuntia.

THC vapautuu rasvakudoksesta hitaasti ja elimistössä on pienehköjä kannabismääriä useiden vuorokausien ajan. Koska THC väkevöityy virtsaan, saattavat virtsasta suoritettavat kannabista mittaavat huumeeseulat näkyä positiivisina useita vuorokausia käytön jälkeen. Kun säännöllinen ja pitkäaikainen kannabiksen käyttö lopetetaan, saattaa kannabis näkyä virtsasta jopa 30 vuorokautta. Runsaankin passiivisen kannabis-altistuksen jälkeen kannabinoideja on niin vähän elimistössä, että virtsasta ei enää saada positiivista tulosta altistusta seuraavana päivänä.

RIIPPUUUS

Päihteistä puhuttaessa riippuvuudella tarkoitetaan päihdehakuksen käyttäytymisen voimistumista, sen muuttumista pakonomaiseksi ja käytön hallintakyvyn heikkenemistä.

Päihderiippuvuus jaetaan usein fyysiseksi, psyykkiseksi ja sosiaalseksi riippuvuudeksi. *Sosiaalisen* riippuvuuden muoto, esimerkiksi jengiriippuvuus, ilmaantuu yleensä varhaisessa vaiheessa. *Psyykkisen* riippuvuuden ilmentymänä on muun muassa kokemus siitä, että elämä ilman päihteitä tuntuu mahdottomalta. *Fyysisellä* riippuvuudella tarkoitetaan sellaisia aineen vaikutuksesta syntyneitä hermoston muutoksia, jotka vahvistavat tarvetta käyttää ainetta yhä uudestaan.

Riippuvuuden kehittymiseen vaikuttavat aineen ja ympäristön ominaisuudet sekä ihmisen persoonallisuustekijät. Ihmiset, jotka ovat herkkiä päihteiden hyvää oloa tuottaville vaikutuksille, kehittävät ja ylläpitävät suhdetta sen kanssa. He muodostavat uuden tavan ajatella ja päätellä asioita, jolla on tarkoitus ylläpitää päihteiden käyttöä ja selittää käytöstä johtuvat negatiiviset seuraamukset. Ajan myötä ihminen menettää kyvyn päätellä kuinka paljon hän voi käyttää päihteitä ilman, että hän menettää kontrollin käytön suhteen.

PÄIHDEONGELMIEN HOITO

Päihteitä kokeilevilla lapsilla ja nuorilla satunnaiseenkin päihteidenkäyttöön voi liittyä vakavia ongelmia. *Lapsen ja nuoren päihdekokeiluihin tulee reagoida heti.*

Vantaan nuorisoasema on päihteidenkäyttäjille ja heidän läheisilleen tarkoitettu avoimuksen palveluyksikkö. Henkilökunta koostuu sekä sosiaalityön että terveydenhuollon ammattilaisista.

Kokonaistilanteen arvioi tehdään kartoittamalla nuoren kotitilannetta, psyykkistä ja fyysistä terveydentilaa, päihteiden käytön historiaa ja nykytilaa, koulussa/töissä suoriutumista, ystäväpiiriä sekä sosiaalista verkostoa. Avohoito on ensisijainen hoitomuoto, joka mahdollistaa nuoren elämänpiirin säilymisen mikäli se tukee päihteettömyyttä. Mikäli avohoidon toimenpiteet ovat riittämättömiä, on mahdollisuus sijoittaa nuori laitostarkkaisuun. Tavoitteena on löytää yhteiset ongelmanratkaisut ja toimintamallit, joihin kaikki sitoutuvat.

YHTEYSTIEDOT

Vantaan nuorisoasema

Kielotie 7 A, 4.krs, 01300 Vantaa

puh.	(09) 8392 6063
ma	klo 9-11
ti-to	klo 9-11 ja 12-13

LINKKEJÄ

www.paihdelinkki.fi

www.a-klinikka.fi

www.antidrugnet.org

www.stakes.fi/neuvoa-antavat

www.yad.fi

http://www.ktl.fi/portal/suomi/tietoa_terveydesta/elintavat/

LÄHTEET

Dahl, P. ja Hirschovits, T. 2002. Tästä on kyse – tietoa päihteistä. Neljäs uudistettu painos. Hakapaino Oy, Helsinki.

Heinälä, P. 2001. Kannabis päihteenä. Suomen Lääkärilehti 2001; 56(24), sivut 2650-2654.

Marttunen, M. ja Kiianmaa K. 2003. Nuoret ja päihteet. Teoksessa Salaspuro, M., Kiianmaa, K. ja Seppä, K. (toim.) Päihdelääketiede. Toinen uudistettu painos. Gummerus Kirjapaino Oy, Jyväskylä.

Suomi ja huumeet. Tietopaketti huumeista. 3. uudistettu painos. 2001. Kirjapaino West Point Oy.



VANTAAN KAUPUNKI
VANDA STAD

Julkaisija	Päihdepalvelut
Teksti	Vantaan nuorisoasema
Ulkoasu	Kirsi Unhola
Taitto	Kirsi Markkula
Paino	Vantaan kaupungin paino, 12/2008