

## Fakta om cannabis för dig som är beslutsfattare

### Vad är cannabis?

Cannabis är ett sammanfattande namn på en drog som erhålls från växten Cannabis Sativa eller Cannabis Indica. Drogen tas fram i olika beredningar, däribland marijuana, hasch och olika typer av extrakt samt cannabisolja. Cannabisväxten innehåller närmare femhundra olika ämnen, varav THC är det mest kända. THC ger upphov till sinnesförändringar och den eftersökta ruseffekten. THC är ett fettlösligt ämne. Väl inne i kroppen kan det därför stanna kvar fettvävnader under en lång tid. Det har rapporterats om en halveringstid på sju dagar.

### Hur används cannabis?

Cannabis används både i berusningssyfte och i medicinskt syfte. Som drog intas cannabis oftast genom rökning eller inhalering men kan också ätas eller drickas ur en lösning. Detta sker genom att växtmaterialet röks i handrullade cigaretter som kallas joints. Drogen kan även inhaleras via glas- eller vattenpipor, så kallade bong, men den kan också inandas (vejpas) sedan den först förångats i e-cigaretter. Cannabis kan även förtäras som dryck, till exempel som te bryggt på marijuana, eller som mat i form av bakverk, exempelvis kakor eller godis.

Ett relativt nytt fenomen är att röka eller vejpa THC-anrikade extrakt av marijuana, något som kallas dabbing och ger en kraftig effekt. Några minuter efter inhalering av röken ökar hjärtfrekvensen, andningen påverkas (bronkerna förstoras), blodkärlen i ögonen expanderar så att man blir rödög, och man får ett rus redan inom ett par till tio minuter.

### Vad händer i kroppen?

Vid rökning av cannabis går THC från lungorna ut i blodbanan och når fram till olika organ i kroppen. Det blir en fördröjning på 15–30 minuter innan effekten märks. Ruset varar i ungefär fyra timmar, men är mest intensivt efter inom den första halvtimmen sedan det kommit igång.

När THC når in i hjärnan sker en stimulering (överaktivering) av specifika mottagare (receptorer) för ämnet, vilket resulterar i sinnesförändringar hos individen. Denna överaktivering leder till förändrad sinnesstämning. Det medför sämre motorik, koordinationsförmåga och tankeförmåga samt försämrat minne och inlärningsförmåga. Mängden THC i den tillgängliga cannabisen har stadigt ökat med åren och det bidrar till mycket starkare effekter såväl som bieffekter.

### Om samhällsmobilisering för narkotikaprevention

Samhällsmobilisering för narkotikaprevention är en del inom Kraftsamling för psykisk hälsa som verkar för tillgång till forskningsbaserade kunskapsunderlag för spridning av metoder och verktyg för narkotikaprevention. För vetenskapliga referenser och ytterligare information, se <https://www.uppdragpsyiskhalsa.se/kraftsamling/samhallsmobilisering-for-narkotikaprevention/>

## Fakta om cannabis för dig som är beslutsfattare

Debatten om cannabis förväntas intensifieras i framtiden. I USA och Kanada utgör cannabis en miljardindustri där det går att tjäna stora pengar på att göra så många konsumenter som möjligt beroende av företagets produkter. Kanadensiska och amerikanska cannabisföretag spelar ned sina produkters hälsorisker och driver utvecklingen mot normalisering i syfte att öppna cannabismarknader även i Europa.

Inför denna nya situation behöver allmänhet och beslutsfattare stå rustade med god kunskap om vad cannabis är och vilka hälsorisker drogen medför. Denna folder har tagits fram i samproduktion mellan viktiga samhällsaktörer inom narkotikaprevention som deltar i Sveriges Kommuner och Regioners initiativ Kraftsamling för psykisk hälsa. Syftet är att stärka beslutsfattare med fakta om cannabis och dess effekter.

Här finns kortfattad information om cannabis som bygger på forskning och är faktagranskad av professor Fred Nyberg vid U-FOLD, Uppsala universitet och framlidna Ing-Marie Wieselgren, projektchef för Uppdrag Psykisk Hälsa, Sveriges Kommuner och Regioner. Texten kan med fördel läsas tillsammans med skriften **5 skäl att avstå narkotika**.



## Psykiska effekter av cannabis

Användning av cannabis är framför allt förknippat med risker för psykisk hälsa och kognition. Drogen kan orsaka ångest, förvirring, försämrad motorik och vanföreställningar. Efter kontinuerligt användande kan skador uppstå på kognitiva funktioner så som till exempel sämre förmåga att hantera komplex information, sämre korttidsminne och även apati.

Cannabis är extra skadligt för den unga mognande hjärnan. Viktiga förbindelser i hjärnans kommunikationssystem försämras och ger upphov till störningar i vitala funktioner och gör individen mer sårbar för mental ohälsa.

Risken är hela fem gånger högre att drabbas av psykisk ohälsa för den som frekvent använder cannabis med tio procent THC (tetra-hydrocannabinol) eller mer. I övrigt ökar risken för ångest, depression, fobier, panik och att utveckla en latent schizofreni.

Cannabisanvändning ger dessutom en dos-beroende risk för utveckling av psykoser och sjukdomen debuterar tidigare hos användare än icke-användare. Det är 2–3 gånger vanligare med psykos hos de som använder cannabis än hos dem som är drogfria. Användning av cannabis kan även leda till psykiatriska komplikationer med ångest, hallucinationer och paranoid personlighetsstörning samt akuta eller kroniska psykoser. Det är uppenbart att man uppnår stora hälsovinster genom att avstå från cannabis.

## Sociala effekter

Försämrade minnes- och inlärningsförmågor samt minskad kapacitet för tankeoperationer riskerar leda till problem i såväl studier som arbetsliv. Cannabis försvårar utförandet av arbetsinsatser som kräver motorisk precision. Om drogen används på arbetsplatsen kan försämrad koordination och motorik medföra risker för både användaren och omgivningen. Detta ökar även risken för trafikrelaterade olyckor, vilka dessutom blir ännu högre när cannabis kombineras med alkohol. Det finns negativt doskorrelerade samband mellan intag av cannabis och arbetslöshet, självrapporterad livskvalitet, självförsörjningsförmåga samt relationsproblem.

Användare av cannabis löper större risk att utveckla ett beroende både av just den substansen och av andra droger. Risken att fastna i ett beroende av cannabis är starkare hos ungdomar, särskilt i tidiga tonår, än hos vuxna. Nära var tredje tonåring som är daglig användare utvecklar ett beroende. Idag finns inga speciella mediciner för behandling av cannabisberoende. Man får förlita sig på olika typer av psykosocial behandling.

## Fysiska effekter

- Eftersom cannabis oftast röks finns en högre risk för olika rökrelaterade sjukdomar, som till exempel cancer och bronkit. THC kan ge negativa effekter på lungor och andningsfunktion vilket kan vara allvarligt vid virusinfektioner, exempelvis Covid-19.
- Ökad hjärtfrekvens medför en ökad risk för hjärtinfarkt. Risken för hjärtsvikt, stroke, kranskärlssjukdom, plötslig hjärtdöd, och högt blodtryck är signifikant förhöjd hos cannabisanvändare.
- Långvarigt användande kan leda till illamående, kräkningar, buksmärta och uttorkning. Skadliga effekter har även beskrivits på spermaproduktion samt på foster.

## Vad är medicinsk cannabis ?

I cannabis finns ämnet tetra-hydrocannabinol (THC) som ger berusningseffekten. I cannabis finns även ämnet cannabidiol (CBD), vilket kan dämpa en del negativa effekter av THC. Renodlad CBD kan ha vissa medicinska egenskaper, bland annat finns ett relativt nyligen framtaget läkemedel mot epilepsi med det finns noterbara sidoeffekter även i detta sammanhang. CBD-olja innehåller oftast även en liten mängd THC och är därför klassad som narkotika i Sverige.

Medicinsk cannabis når generellt inte upp till de strikta krav som ställs på läkemedel i Sverige. Den medicinska evidensen är i sin helhet låg. Trots det är intresset i många länder stort för att använda cannabis som medicin. I enstaka undantagsfall har patienter i Sverige fått tillgång till vissa beredningar av cannabis i medicinskt syfte.