
DE FEITEN OVER
MARIHUANA
Cannabis
Skunk
Stuff
Pot
Wiet
Hennep
Hasj
geendrugs-welleven.nl



WAAROM DIT BOEKJE WERD GEMAAKT

Er wordt tegenwoordig veel over drugs gesproken – op school, op straat, op het internet en op tv. Soms is het waar, soms niet.

Wat je misschien niet weet, is dat veel van wat je over drugs hoort, eigenlijk afkomstig is van diegenen die ze verkopen. Ex-dealers hebben gezegd dat ze mensen van alles vertellen om te zorgen dat ze drugs kopen.

Je hebt de waarheid en de echte feiten over drugs nodig, zodat je er een weloverwogen beslissing over kunt nemen. Daarom hebben we dit boekje opgesteld – voor jou.

Jouw feedback is belangrijk voor ons. Laat ons dus weten wat je van dit boekje vindt. Ga naar **GeenDrugs-WelLeven.nl** of stuur een e-mail naar **info@drugfreeworld.org**.

WAT IS MARIHUANA?

Marihuana is een van de meest gebruikte drugs ter wereld. Volgens de Wereldgezondheidsorganisatie gebruiken elk jaar 200 miljoen mensen marihuana. In de Verenigde Staten is marihuana na alcohol de meest gebruikte psychotrope drug (een drug die de mentale toestand van een persoon beïnvloedt), waarbij bijna 12 miljoen jongvolwassenen aangeven dat ze dat jaar marihuana hebben gebruikt.

Er is een aanzienlijk verschil tussen de wetenschappelijke feiten over marihuana en de mythes die eromheen hangen. Veel mensen geloven dat marihuana, omdat het op sommige plaatsen legaal is, wel onschadelijk moet zijn. Het lichaam weet echter het verschil niet tussen een legale drug en een illegale drug – het weet alleen het effect dat de drug veroorzaakt. Het doel van dit boekje is om enkele van de misvattingen over marihuana uit de weg te ruimen.

Marihuana komt van de cannabisplant. De psychedelische stof (die je bewustzijn, denken en waarneming beïnvloedt en hallucinaties kan opwekken) wordt voornamelijk gevonden in de bloemen (gewoonlijk *knoppen* genoemd), met kleinere hoeveelheden in de zaden, bladeren en stengels.

Hasj is een donker tot lichtbruin goedje dat van het oppervlak van de cannabisplant wordt geschraapt en tot een vaste massa wordt geperst. Het wordt vervolgens gedroogd en tot repen, staven of ballen gevormd.



CHEMISCHE SAMENSTELLING

Marihuana en hasj bevatten meer dan 500 chemicaliën. De chemische stof die verantwoordelijk is voor de intoxicatie is *THC* (afkorting van *tetrahydrocannabinol*). THC veroorzaakt de psychoactieve effecten (die de hersenen beïnvloeden en stemming, waarneming of bewustzijn veranderen) waardoor marihuana als een drug wordt geclassificeerd.

Planten hebben eigenschappen om zichzelf in het wild te beschermen, zoals gifstoffen die dieren ziek of zwak maken. THC dient als het beschermings-mechanisme van de marihuanaplant.

Delta-8* en andere THC-producten zijn afkomstig van de cannabisplant. Deze stoffen, die vaak worden verkocht om te vapen of als edibles (eetbare producten), zijn over het algemeen niet gereguleerd en kunnen gevaarlijke bijwerkingen hebben. Ze worden vaak aangepast om de sterkte te vergroten en kunnen schadelijke chemicaliën bevatten.

Sommige mensen geloven dat marihuana onschadelijk is omdat het een plant is en daarom "natuurlijk". Echter, veel natuurlijke planten kunnen schadelijk of giftig zijn.

Gedroogde bladeren verbranden en de rook inademen is niet natuurlijk. Het inademen van marihuanarook betekent dat je ook andere schadelijke chemicaliën inademt.



Je hebt misschien gehoord van “medische marihuana”. Marihuana bevat een chemische stof genaamd *CBD* (afkorting van *cannabidiol*), die in verband wordt gebracht met mogelijke gezondheidsvoordelen, vooral voor epilepsie en chronische pijn. In tegenstelling tot THC veroorzaakt CBD geen high, maar uit onderzoek blijkt dat langdurig gebruik of gebruik in grote hoeveelheden leverschade en maagproblemen kan veroorzaken.

Marihuana is een drug en heeft, net als andere drugs, schadelijke bijwerkingen, die in dit boekje aan bod zullen komen.

* Delta-8: een vorm van THC die uit de cannabisplant wordt gehaald. Delta-8, Delta-9 en andere Delta-producten zijn verschillende vormen van THC die worden gebruikt in edibles en vapes.

HOE WORDT HET GEB



Marihuana bestaat uit gedroogde bladeren, stengels, bloemen en zaden van de cannabisplant. Het is meestal groen, bruin of grijs.



Hasj is een geelbruine, bruine of zwarte hars die wordt gedroogd en tot repen, staven of ballen wordt gevormd. Wanneer ze worden gerookt, verspreiden zowel marihuana als hasj een kenmerkende geur.

Marihuana kan worden gerookt als een sigaret (een *joint*), in een droge pijp of in een waterpijp (een *bong*). Chemisch geëxtraheerde en genetisch gemodificeerde moleculen van de cannabisplant kunnen worden gevapet. Soms openen gebruikers sigaren en vervangen ze de tabak door marihuana (een *blunt*). Het kan ook in voedsel worden verwerkt (*edibles*) of er kan thee van worden gezet. Edibles worden later in dit boekje uitgebreid besproken.

Wanneer iemand marihuanarook inademt, voelt hij meestal binnen enkele minuten de effecten. THC gaat snel van de longen naar de bloedbaan, waardoor het de

RUIKT?

hersenen en andere organen bereikt. THC overactiveert delen van de hersenen, waardoor je high wordt. Onmiddellijke sensaties (zoals een verhoogde hartslag, verminderde coördinatie, een verstoord evenwicht en een “dromerige” toestand) bereiken hun hoogtepunt binnen 30 minuten. Deze effecten duren meestal twee tot drie uur of langer, afhankelijk van de hoeveelheid die is ingenomen en de sterkte van de THC.

Omdat de gemiddelde gebruiker meer rook inhaleert en deze langer vasthoudt dan hij met een sigaret zou doen, heeft het roken van marihuana een ernstig effect op de longen. Onderzoekers hebben ontdekt dat marihuana-rokers vergelijkbare gifstoffen inhaleren als sigarettenrokers, maar dat marihuana het zuurstofdragende vermogen van het bloed met een factor vijf vermindert in vergelijking met sigaretten.



DABBEN

Dabben verwijst naar het gebruik van sterk geconcentreerde vormen van marihuana, zoals hasjolie, die wordt gemaakt door THC uit cannabis te extraheren. De geconcentreerde THC vormt een donkerbruine of gele, plakkerige, gomachtige substantie.

Bij dabben wordt het THC-concentraat verhit en geïnhaleerd, hetzij met een e-sigaret, een verdamper of een speciaal apparaat, dat soms een *dab rig* of een *oil rig* wordt genoemd.

DE EFFECTEN VAN DABBEN

Dabben versterkt de effecten van het roken van marihuana. Het THC-gehalte in marihuana varieert doorgaans van 15 tot 30 procent, maar kan bij dabben oplopen tot wel 99 procent.

Dabben kan een snelle hartslag, black-outs, het gevoel dat er iets over je huid kruipt, bewusteloosheid en psychotische symptomen zoals paranoia en hallucinaties veroorzaken. Vanwege de hoge sterkte kan dabben leiden tot ongelukken en valpartijen, maar ook oncontroleerbaar braken dat bekendstaat als het *Cannabinoïde Hyperemesis* Syndroom* (*CHS*). Dabben kan zelfs tot de dood leiden.

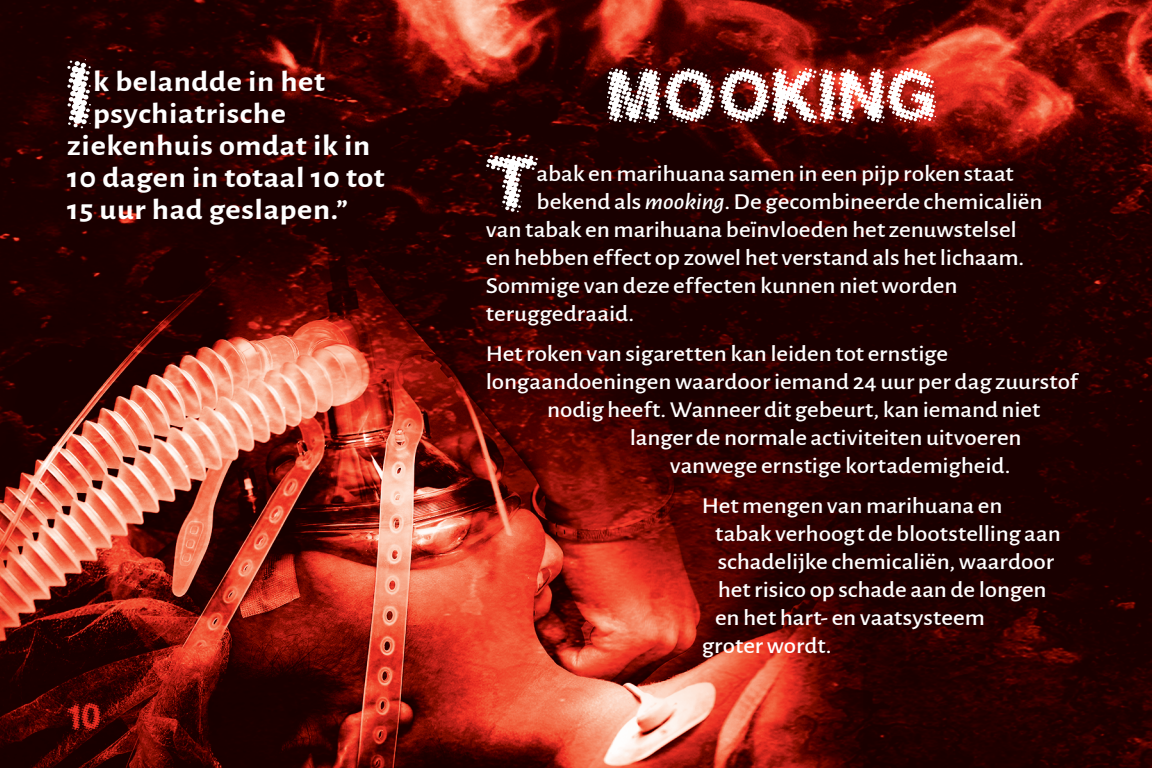


Naarmate de legalisering van marihuana zich over de VS uitbreidde, nam het aantal jongeren dat om cannabisgerelateerde redenen naar de spoedeisende hulp moest, toe.

Dabben stelt gebruikers bloot aan schadelijke chemicaliën en giftige oplosmiddelen die bij het extraheren van marihuanaconcentraten worden gebruikt.

* hyperemesis: overmatig of hevig braken (komt van de Griekse woorden *hyper*, wat "overmatig" betekent, en *emesis*, wat "braken" betekent)

Ik belandde in het psychiatrische ziekenhuis omdat ik in 10 dagen in totaal 10 tot 15 uur had geslapen."



MOOKING

Tabak en marihuana samen in een pijp roken staat bekend als *mooking*. De gecombineerde chemicaliën van tabak en marihuana beïnvloeden het zenuwstelsel en hebben effect op zowel het verstand als het lichaam. Sommige van deze effecten kunnen niet worden teruggedraaid.

Het roken van sigaretten kan leiden tot ernstige longaandoeningen waardoor iemand 24 uur per dag zuurstof nodig heeft. Wanneer dit gebeurt, kan iemand niet langer de normale activiteiten uitvoeren vanwege ernstige kortademigheid.

Het mengen van marihuana en tabak verhoogt de blootstelling aan schadelijke chemicaliën, waardoor het risico op schade aan de longen en het hart- en vaatsysteem groter wordt.

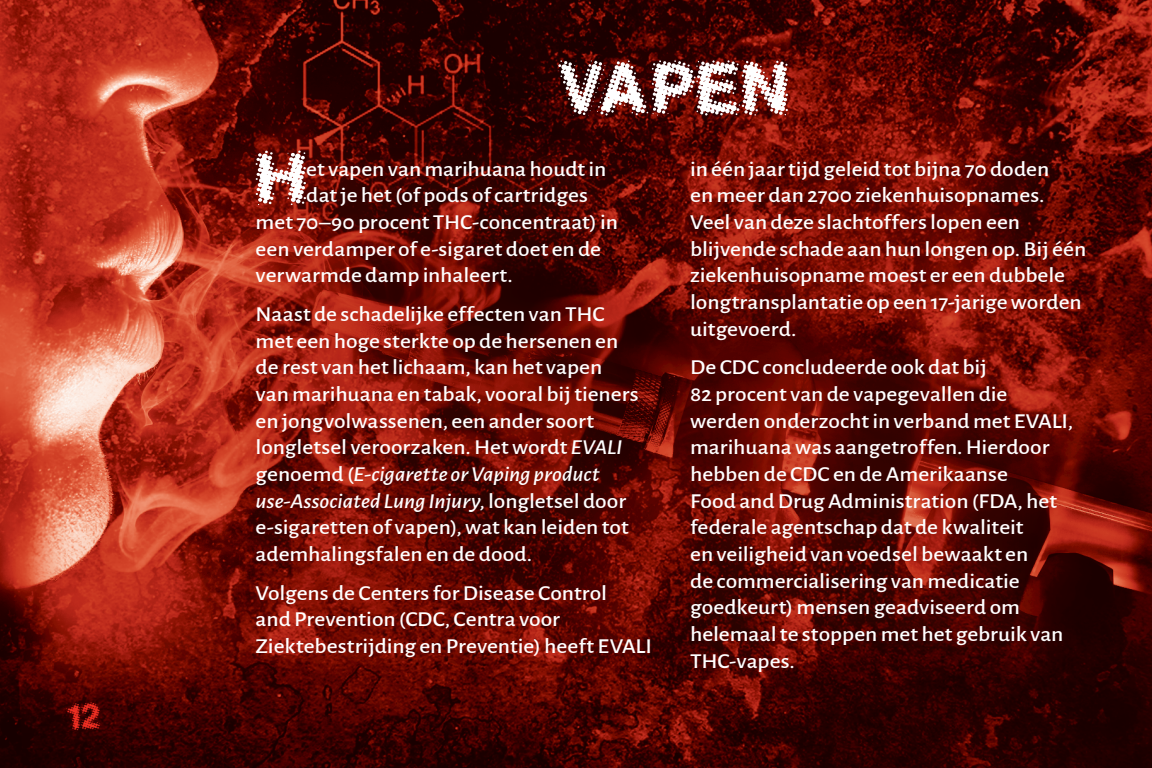
EDIBLES

Edibles zijn voedsel en dranken waarin THC is verwerkt, zoals brownies, koekjes, snoep, frisdrank en thee. Veel verpakkingen van edibles lijken op snoep en snacks die kinderen herkennen, waardoor de indruk wordt gewekt dat deze producten met een hoog THC-gehalte onschadelijk zijn. Dat zijn ze niet.

Wanneer iemand marihuana rookt, voelt hij de effecten onmiddellijk. Wanneer iemand voedsel of drankjes met marihuana erin consumeert, kan het 30 tot 60 minuten duren om te verteren, dus duurt het langer voordat de drug geactiveerd wordt. Hierdoor eten mensen vaak meer. Wanneer de effecten uiteindelijk toeslaan, is de kans om extreem onder invloed te raken aanzienlijk groter.

Het THC-gehalte in edibles kan sterk variëren, wat resulteert in meldingen van extreme paranoia en angsten, en in sommige gevallen zelfs psychotische aanvallen. Hier zijn slechts een paar opmerkelijke gevallen waarbij edibles betrokken waren:

- Een verslaggever van *The New York Times* die een reep met marihuana at, zei dat hij de acht uur daarna opgerold in een "hallucinatietoestand" doorbracht.
- Een tiener in Wyoming at een zesde van een cannabiskoekje. Na ongeveer een uur voelde hij niets, dus at hij de rest van het koekje op. Toen de effecten van de drug begonnen te werken, sprong hij van een balkon op de derde verdieping en kwam om het leven.



VAPEN

Het vapen van marihuana houdt in dat je het (of pods of cartridges met 70–90 procent THC-concentraat) in een verdamper of e-sigaret doet en de verwarmde damp inhaleert.

Naast de schadelijke effecten van THC met een hoge sterkte op de hersenen en de rest van het lichaam, kan het vapen van marihuana en tabak, vooral bij tieners en jongvolwassenen, een ander soort longletsel veroorzaken. Het wordt *EVALI* genoemd (*E-cigarette or Vaping product use-Associated Lung Injury*, longletsel door e-sigaretten of vapen), wat kan leiden tot ademhalingsfalen en de dood.

Volgens de Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Centra voor Ziektebestrijding en Preventie) heeft EVALI in één jaar tijd geleid tot bijna 70 doden en meer dan 2700 ziekenhuisopnames. Veel van deze slachtoffers lopen een blijvende schade aan hun longen op. Bij één ziekenhuisopname moest er een dubbele longtransplantatie op een 17-jarige worden uitgevoerd.

De CDC concludeerde ook dat bij 82 procent van de vapegevallen die werden onderzocht in verband met EVALI, marihuana was aangetroffen. Hierdoor hebben de CDC en de Amerikaanse Food and Drug Administration (FDA, het federale agentschap dat de kwaliteit en veiligheid van voedsel bewaakt en de commercialisering van medicatie goedkeurt) mensen geadviseerd om helemaal te stoppen met het gebruik van THC-vapes.

GEBRUIKTE BENAMINGEN

MARIHUANA

Bhang
Blaze
Blowtje
Blunt
Cannabis
Cone
Dagga
Dope
Ganja
Grass
Hennep
Jointje
Nederwiet
Pot
Skunk
Stickie
Wiet

HASJIESJ

Assie
Hasj
Kush
Shit
Stuff

TERMINOLOGIE VOOR DE HOEVEELHEID

Grammetje: een gram wiet

Vijfje: wiet voor 5 euro

Tientje: wiet voor 10 euro

Zakje: vaak een vaste prijs voor een zakje, bijvoorbeeld, 5, 10 of 15 euro

Ounce: (28 gram) wiet

QP: quarter pound (113,4 gram) wiet

HOE MARIHUANA DOOR DE JAREN HEEN IS VERANDERD

De cannabisplant, waaruit drugs zoals marihuana en hasj worden gemaakt, wordt al meer dan 2000 jaar geteeld.

De hoeveelheid THC in de plant bepaalt de sterkte van de drug. De hoeveelheid THC die in marihuana wordt aangetroffen, is niet consistent en is de laatste tientallen jaren gestaag toegenomen.

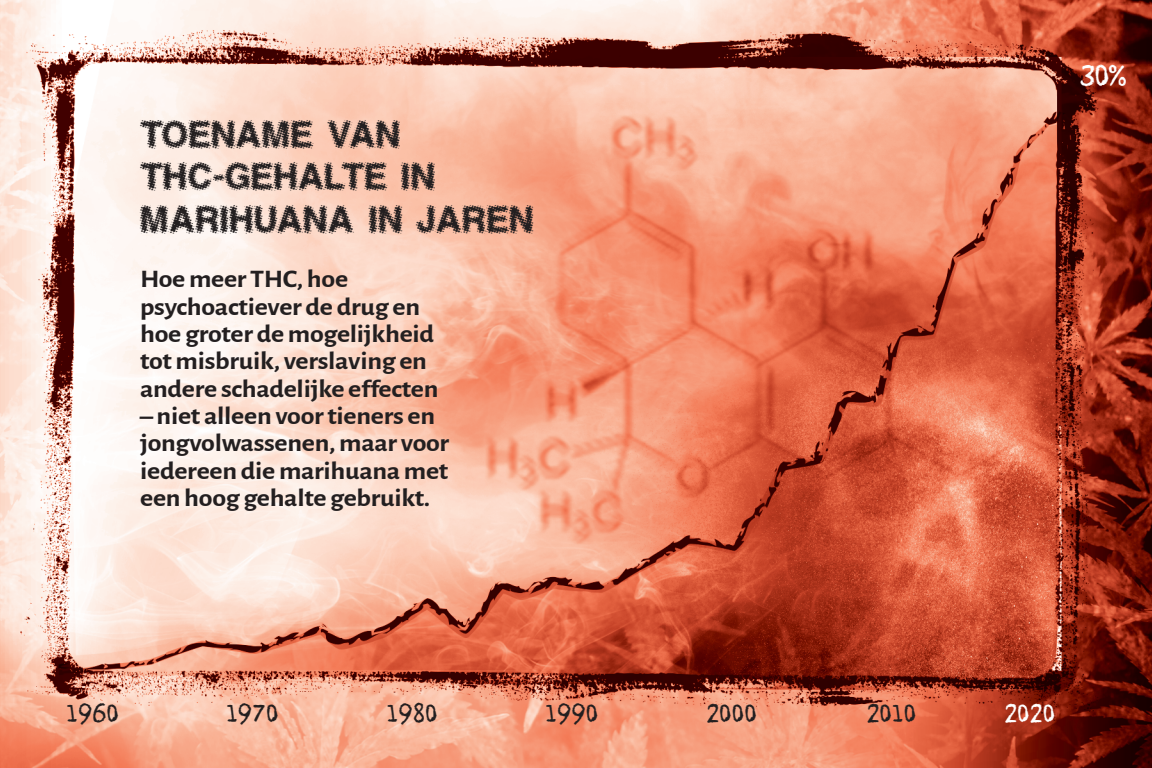
Met moderne technieken hebben marihuanatelers cannabissoorten ontwikkeld met veel hogere THC-niveaus dan vroeger. Het gemiddelde THC-gehalte van marihuana in de VS is tegenwoordig 17–28 procent, met het hoogste niveau rond de 37 procent.

Ter vergelijking:

- De wiet die van eind jaren 1960 tot in de jaren 1970 werd gerookt, bevatte minder dan 2 procent THC.
- In de jaren 1990 was het THC-gehalte gestegen tot ongeveer 4 procent.
- In de jaren 2020 is het gemiddelde gehalte tot bijna 30 procent gestegen.
- Dabs en edibles bevatten zelfs nog meer THC, soms wel bijna 100 procent.

TOENAME VAN THC-GEHALTE IN MARIHUANA IN JAREN

Hoe meer THC, hoe psychoactiever de drug en hoe groter de mogelijkheid tot misbruik, verslaving en andere schadelijke effecten – niet alleen voor tieners en jongvolwassenen, maar voor iedereen die marihuana met een hoog gehalte gebruikt.





IS MARIHUANA EEN MEDICIJN?

Hoewel sommige bestanddelen van de cannabisplant medicinale eigenschappen kunnen hebben, is dit iets anders dan een medicijn. Medicijnen worden gemaakt in laboratoria waar stoffen worden geëxtraheerd, getest, gestandaardiseerd (wat betekent dat de stof elke keer hetzelfde zal doen) en waar de doseringen worden bepaald.

Sommige staten hebben medicinale marihuana gelegaliseerd en de term wordt vaak in marketing gebruikt als iets wat op de hele onbewerkte marihuanaplant of de onbewerkte extracten ervan van toepassing is. De Amerikaanse Food and Drug Administration (FDA), die alle medicijnen reguleert en goedkeurt, heeft de cannabisplant of marihuana echter niet goedgekeurd voor medisch gebruik.

Een chemische stof die in de cannabisplant wordt aangetroffen, die *cannabidiol* (*CBD*) heet, is goedgekeurd voor de behandeling van aanvallen veroorzaakt door twee zeldzame en ernstige vormen van epilepsie bij kinderen. De FDA heeft ook verschillende medicijnen in pilvorm goedgekeurd, gemaakt van synthetische THC, wat angst, paranoia, geheugenstoornissen en duizeligheid kan veroorzaken wanneer het gedurende een lange periode of in hoge doses wordt ingenomen. Er zijn meer onderzoeken over een lange termijn nodig om de effecten van deze beide stoffen op de mentale en lichamelijke gezondheid volledig te begrijpen.

DE MARKETING VAN MARIHUANA

Het op de markt brengen van marihuana als medicijn heeft het beeld van de drug veranderd, maar de basisfeiten over de gevaren ervan blijven bestaan. En terwijl het debat over legalisering voortduurt, betekent legaal niet veilig of onschadelijk. Sigaretten zijn legaal, maar er is geen discussie over het feit dat roken een risico voor de gezondheid vormt. Alcohol is legaal, maar kijk naar het aantal mensen dat worstelt met een alcoholverslaving of ziektes die verband houden met alcoholmisbruik. Heroïne werd ooit verkocht als een remedie tegen morfineverslaving en werd in hoestsiroop verwerkt totdat uit onderzoek bleek dat het zeer verslavend is, ondanks de marketingclaims.

Het komt erop neer dat het roken van marihuana schade kan toebrengen aan iemands longen en cardiovasculaire systeem (hart en bloedvaten) en dat, of het nu gerookt, gevapet of gegeten wordt, de THC in marihuana schadelijke effecten heeft op het verstand en het lichaam.

HOE MARIHUANA HET RIJDEN BEÏNVLOEDT

Marihuana vermindert het beoordelingsvermogen, de motorische coördinatie en de reactietijd aanzienlijk – allemaal cruciale vaardigheden om veilig te kunnen rijden. Het is de op één na meest voorkomende psychoactieve stof na alcohol die wordt aangetroffen bij automobilisten die betrokken zijn bij ongevallen, en uit onderzoeken is gebleken dat er een direct verband bestaat tussen het THC-gehalte in het bloed en een verminderd rijvermogen.

Twee Europese onderzoeken hebben aangetoond dat automobilisten met THC in hun lichaam ongeveer twee keer zoveel kans hadden om schuldig te zijn aan een dodelijk ongeval dan automobilisten die

geen drugs of alcohol hadden gebruikt. Zo bleek ook dat bij ongelukken waarbij automobilisten met hogere THC-niveaus in hun bloed betrokken waren, dat ze drie tot zeven keer zo vaak verantwoordelijk waren voor het ongeluk. Hoewel veel marihuanagebruikers denken dat ze veilig kunnen rijden nadat ze gerookt hebben, zijn de risico's aanzienlijk.

Uit een rapport van de American Automobile Association (AAA) bleek dat het aantal bestuurders dat positief testte op marihuana na dodelijke ongelukken in de staat Washington verdubbelde na de legalisatie van marihuana. Vóór de legalisatie was ongeveer 8,8 procent van alle bestuurders die betrokken waren bij dodelijke verkeersongelukken, onder invloed van marihuana; dit percentage is na de legalisatie meer dan verdubbeld.

DE SCHADELIJKE EFFECTEN VAN MARIHUANA

De onmiddellijke effecten van het gebruik van marihuana zijn onder andere een snelle hartslag, desoriëntatie en verminderde fysieke coördinatie. Gebruikers kunnen ook gevoelens van angst, paranoia, wantrouwen of paniek ervaren. Maar daar houdt het probleem niet op. Volgens wetenschappelijke onderzoeken kan het actieve bestanddeel in cannabis, THC, nog weken of zelfs maanden later in het lichaam worden aangetroffen.

Zwaar gebruik kan tot veel gezondheidsproblemen leiden. Marihuana bevat 50 procent meer kankerverwekkende chemicaliën dan tabaksrook en vermindert het zuurstofdragende vermogen van het bloed met een factor vijf vergeleken met sigaretten.

Wat betreft de nadelige effecten op de longen staat één jointje gelijk aan tussen de 2,5 en 5 sigaretten.

VERSLAVING?

In tegenstelling tot wat men vroeger dacht, is marihuana een verslavende drug. Ongeveer 30 procent van de marihuanagebruikers is eraan verslaafd. Jongeren die voor hun 18e beginnen met marihuana, hebben vier tot zeven keer meer kans om eraan verslaafd te raken.





Uit een onderzoek bleek dat degenen die voor hun 18e beginnen met cannabis, meer kans hebben om het daarna als gewoonte te gebruiken. Vroeg, aanhoudend en frequent gebruik van marihuana tijdens de adolescentie wordt geassocieerd met een afname van het IQ, een lager opleidingsniveau, beperkte beroepsmatige successen en een lager inkomen later in het leven.

VERLIES VAN POTENTIEEL

Marihuanagebruik blijkt ook te leiden tot meer agressiviteit, paranoia en persoonlijkheidsveranderingen. Hoe sterker de cannabis, hoe groter de kans dat het gewelddadig gedrag veroorzaakt.

Gebruik onder mannen kan het risico op een miskraam bij de partner verdubbelen – ongeacht of de vrouw gebruikt. Het gebruik van marihuana kan de structuur van zaadcellen veranderen, waardoor ze misvormd raken. Zelfs kleine hoeveelheden marihuana kunnen tijdelijke onvruchtbaarheid bij mannen veroorzaken. Marihuana kan ook de menstruatiecyclus van een vrouw verstoren.

Kinderen van wie de moeder tijdens de zwangerschap marihuana gebruikte, hebben 65 procent meer kans om de diagnose autisme te krijgen. Prenatale blootstelling aan marihuana kan ook het risico verhogen dat het kind een verstandelijke beperking en leerstoornissen ontwikkelt.

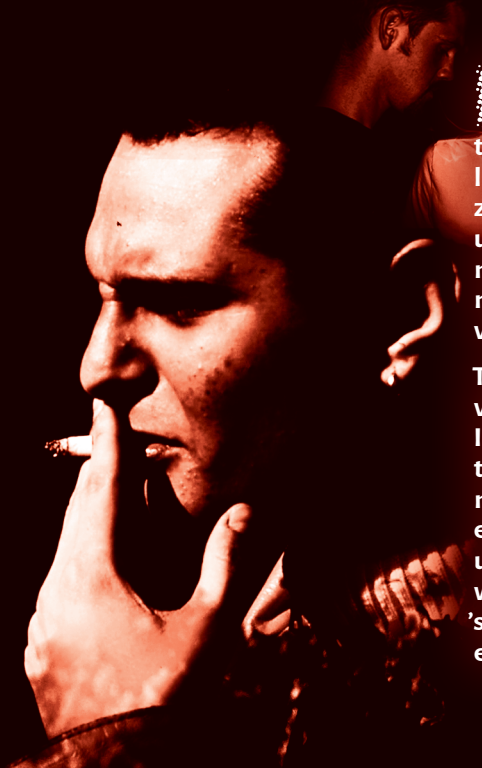


GEVOLGEN OP KORTE TERMIJN

- Verhoogde hartslag
- Veranderde zintuiglijke waarneming
- Veranderd tijdsbesef
- Stemmingswisselingen
- Moeite met denken en problemen oplossen
- Geheugenproblemen
- Korte aandachtsspanne
- Bezorgdheid
- Angst
- Wantrouwen
- Paranoia
- Verminderd beoordelingsvermogen
- Gevaarlijk rijgedrag
- Hallucinaties (bij grote hoeveelheden)
- Waanvoorstellingen (bij grote hoeveelheden)
- Psychose (het risico is het grootst bij regelmatig gebruik van sterke marihuana)

GEVOLGEN OP LANGE TERMIJN

- Slechte schoolprestaties en hogere kans om voortijdig de school te verlaten
- Verlaging van het IQ (tot acht punten als langdurig gebruik in de adolescentie begon)
- Verminderd vermogen om te denken en om complexe taken te leren en uit te voeren
- Minder voldoening en succes
- Groter risico op een hartaanval
- Financiële problemen
- Relatieproblemen en partnergeweld
- Grotere kans op werkloosheid of geen goede baan kunnen krijgen
- Verslaving: 1 op de 10 mensen die marihuana gebruiken, raakt eraan verslaafd. Voor degenen die voor hun 18e beginnen, stijgt de kans op verslaving tot 1 op de 6.
- Groter risico op alcoholverslaving
- Groter risico op misbruik van opiaten



Ik begon te gebruiken omdat een van mijn beste vrienden me uitdaagde en zei dat ik te schijterig was om een joint te roken en een liter bier te drinken. Ik was toen 14. Nadat ik zeven jaar gerookt en gedronken had, zat ik uiteindelijk met een verslaving. Ik gebruikte niet meer om een euforie te voelen, maar alleen maar om mezelf een beetje normaal te kunnen voelen.

Toen begon ik negatief over mezelf en mijn vaardigheden te denken. Ik haatte de paranoia. Ik haatte het om steeds maar over mijn schouder te kijken. Ik haatte het echt om mijn vrienden niet te vertrouwen. Ik werd zo paranoïde dat ik er in slaagde iedereen van me weg te jagen en uiteindelijk bevond ik me in de vreselijke situatie waar niemand wil zijn – ik was alleen. Ik begon 's ochtends na het opstaan al te gebruiken en ging er de hele dag mee door." – Paul

OP WEG NAAR DRUGSMISBRUIK

Recreatieve marihuanagebruikers nemen de drug voor de high of de roes die het veroorzaakt. Voortdurend gebruik bouwt tolerantie op, waardoor ze krachtigere marihuana, krachtigere dabs of edibles consumeren of zelfs sterkere drugs proberen.

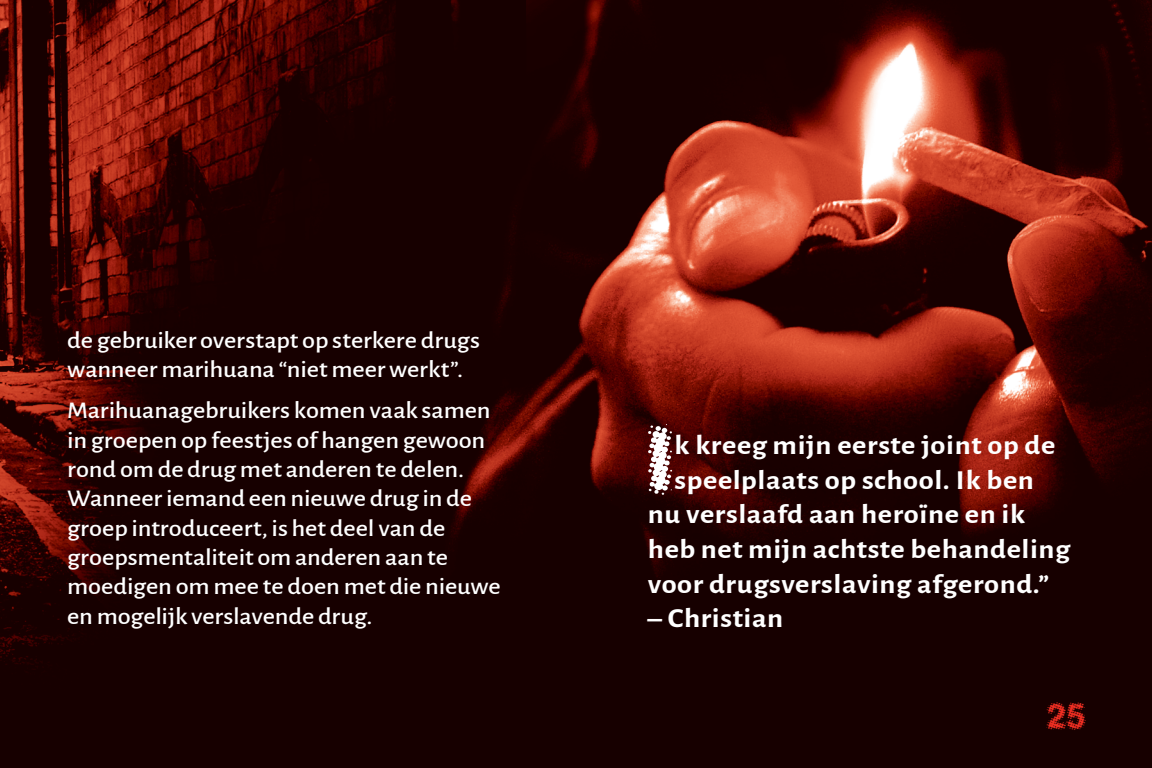
Marihuana zelf leidt een persoon niet direct naar andere drugs, maar de meeste verslaafden zijn met marihuana of alcohol begonnen.

Uit een onderzoek bleek dat bijna de helft van de mensen die ooit marihuana hebben gebruikt, later ook andere drugs is gaan gebruiken. Bijna iedereen die cocaïne of heroïne heeft gebruikt (95–97 procent), is begonnen met marihuana.

Mensen nemen drugs om te ontsnappen aan ongewenste situaties of gevoelens. Marihuana maskeert deze problemen terwijl de gebruiker high is. Maar wanneer de high verdwijnt, komt het probleem of de ongewenste toestand of situatie intenser terug dan daarvoor. Dit kan ertoe leiden dat

de gebruiker overstapt op sterkere drugs wanneer marihuana “niet meer werkt”.

Marihuanagebruikers komen vaak samen in groepen op feestjes of hangen gewoon rond om de drug met anderen te delen. Wanneer iemand een nieuwe drug in de groep introduceert, is het deel van de groepsmentaliteit om anderen aan te moedigen om mee te doen met die nieuwe en mogelijk verslavende drug.



“Ik kreeg mijn eerste joint op de speelplaats op school. Ik ben nu verslaafd aan heroïne en ik heb net mijn achtste behandeling voor drugsverslaving afgerond.”
– Christian



ACHTER HET ROOKGORDIJN

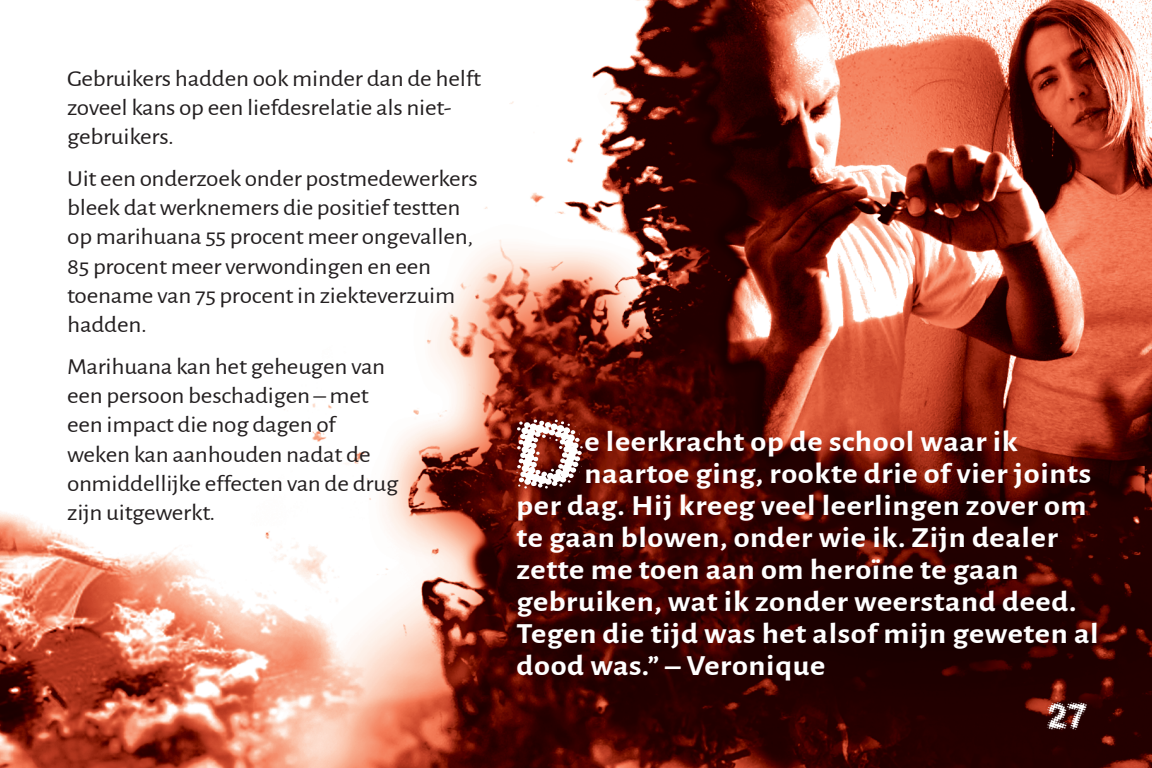
Het gebruik van marihuana is niet alleen schadelijk voor de gebruiker – het kan ook een risico voor de samenleving worden.

Onderzoek toont aan dat marihuana problemen in het dagelijks leven kan veroorzaken. Uit een onderzoek bleek dat jongvolwassenen die regelmatig marihuana gebruiken 20 keer meer kans hadden om andere drugs te gaan gebruiken, vier keer meer kans hadden om zware drinkers te worden en zeven keer meer kans hadden om dagelijks te gaan roken.

Gebruikers hadden ook minder dan de helft zoveel kans op een liefdesrelatie als niet-gebruikers.

Uit een onderzoek onder postmedewerkers bleek dat werknemers die positief testten op marihuana 55 procent meer ongevallen, 85 procent meer verwondingen en een toename van 75 procent in ziekteverzuim hadden.

Marihuana kan het geheugen van een persoon beschadigen – met een impact die nog dagen of weken kan aanhouden nadat de onmiddellijke effecten van de drug zijn uitgewerkt.



De leerkracht op de school waar ik naartoe ging, rookte drie of vier joints per dag. Hij kreeg veel leerlingen zover om te gaan blowen, onder wie ik. Zijn dealer zette me toen aan om heroïne te gaan gebruiken, wat ik zonder weerstand deed. Tegen die tijd was het alsof mijn geweten al dood was." – Veronique



In een onderzoek werd aan zware marihuanagebruikers gevraagd om woorden van een lijst te onthouden. Hun vermogen om de woorden te onthouden, werd soms pas vier weken nadat ze gestopt waren met roken weer normaal.

Scholieren die marihuana gebruiken, hebben lagere cijfers en komen minder snel op een hogeschool of universiteit terecht dan niet-gebruikers. Ze hebben niet hetzelfde vermogen om informatie te onthouden en te ordenen.

WAT DEALERS JE ZULLEN VERTELLEN

Of het nu legaal of illegaal is, marihuana is big business en het doel is om veel geld te verdienen.

Bij een enquête onder jongeren waarbij gevraagd werd waarom ze met drugs begonnen waren, antwoordde 55 procent dat ze het deden onder druk van vrienden. De marihuana-industrie en degenen die de drug verkopen, willen het laten lijken alsof het gebruik van marihuana onschadelijk is, dat het je "zal helpen", dat het iets is om je "op te peppen", "je te helpen erbij te horen" of "je cool te maken".

Om de marihuana-industrie te laten floreren, hebben ze verslaafde klanten nodig, omdat het grootste deel van hun winst afkomstig is van verslaafden, niet van gelegenheidsgebruikers. Omdat mensen meer kans hebben om verslaafd te raken als ze jong beginnen, is een groot deel van de marketing van marihuana gericht op jonge mensen zoals jij.

Met winst als enige motivatie, zullen ze alles zeggen om ervoor te zorgen dat jij hun drugs koopt.

Drugsdealers kan het niet schelen of de drugs je leven verwoesten, zolang ze maar betaald worden. Het enige waar ze om geven is geld.

Krijg de feiten over drugs. Neem je eigen beslissingen.

De Feiten over Drugs



Drugs zijn in feite vergif. Hoeveel men ervan gebruikt, bepaalt het effect.

Een kleine hoeveelheid werkt als een oppeppend middel (het versnelt je). Een grotere hoeveelheid werkt als een kalmerend middel (het vertraagt je). Een nog grotere hoeveelheid werkt als vergif en kan iemand doden.

Dat geldt voor elke drug. Alleen de hoeveelheid die je moet nemen om dat effect te bereiken verschilt.

Maar veel soorten drugs brengen een ander risico met zich mee: ze beïnvloeden rechtstreeks het verstand. Ze kunnen de waarnemingen van de gebruiker van wat er om hem of haar heen gebeurt vervormen. Als gevolg daarvan kunnen iemands handelingen vreemd, irrationeel, ongepast en zelfs destructief zijn.

Drugs blokkeren alle gewaarwordingen, zowel de gewenste als de ongewenste. Dus, hoewel ze op korte termijn hulp kunnen bieden bij het verlichten van pijn, verwoesten ze ook iemands bekwaamheid en alertheid en vertroebelen ze iemands denken.

Medicijnen zijn drugs die bedoeld zijn om iets van de werking van je lichaam te versnellen, te vertragen of te veranderen om zo te proberen dat lichaam beter te laten functioneren. Soms kan dat nodig zijn. Maar het blijven nog steeds drugs: ze werken als stimulerend of als kalmerend middel en te veel ervan kan je doden. Dus wanneer je medicijnen niet gebruikt zoals ze gebruikt horen te worden, kunnen ze even gevaarlijk zijn als drugs.

WAAROM GEBRUIKEN MENSEN DRUGS?

Mensen gebruiken drugs omdat ze iets in hun leven willen veranderen.

Hier volgen een paar redenen die jongeren voor hun drugsgebruik hebben gegeven:

- om erbij te horen
- om te ontsnappen of te ontspannen
- uit verveling
- om meer volwassen te lijken
- uit opstandigheid
- om te experimenteren

Ze denken dat drugs een oplossing zijn. Maar uiteindelijk worden de drugs het probleem.

Hoe moeilijk het ook voor iemand is om zijn probleem of problemen onder ogen te zien, de gevolgen van drugs zijn altijd erger dan het probleem dat men ermee probeert op te lossen.

Het echte antwoord is om de feiten te kennen en in de eerste plaats geen drugs te gebruiken.

Miljoenen exemplaren van boekjes zoals deze zijn in meer dan 20 talen onder mensen over de hele wereld verspreid.

Omdat er steeds nieuwe drugs bijkomen en er meer over hun gevolgen bekend wordt, worden bestaande boekjes up-to-date gebracht en worden er nieuwe gemaakt.

De Foundation for a Drug-Free World is een organisatie zonder winstoogmerk ten bate van het publiek, die haar hoofdkantoor in Los Angeles, Californië, VS, heeft.

De stichting voorziet in onderwijsmaterialen, advies en coördinatie voor haar internationale drugspreventienetwerk. Ze werkt samen met jongeren, ouders, onderwijskrachten, vrijwilligersorganisaties en overheidsinstanties – iedereen die wil helpen om mensen een drugsvrij leven te laten leiden.

REFERENTIELIJST:

Voor de referenties die zijn gebruikt bij het samenstellen van dit boekje, zie GeenDrugs-WelLeven.nl/refs.

FOTOCREDITS: pagina's 20, 22: Alamy

FEITEN DIE JE MOET WETEN

Dit boekje is deel van een serie publicaties die feiten verschaffen over marihuana, alcohol, fentanyl, synthetische drugs, xtc, cocaïne, crack cocaïne, crystal meth en methamfetamine, inhaleermiddelen, heroïne, lsd en misbruik van medicijnen. Uitgerust met deze informatie kan de lezer zelf de keuze maken om een drugsvrij leven te leiden.

Ga, om gratis online cursussen te doen of om in contact te komen met een Drug-Free World-afdeling in jouw regio, naar GeenDrugs-WelLeven.nl

Foundation for a Drug-Free World
GeenDrugs-WelLeven.nl • info@drugfreeworld.org
1 (888) 668 6378 • +1 818 952 5260

Scan hier om dit boekje te downloaden

© 2025 Foundation for a Drug-Free World. Alle Rechten Voorbehouden. Truth About Drugs (De Feiten over Drugs) en het Foundation for a Drug-Free World Logo zijn handelsmerken in het bezit van de Foundation for a Drug-Free World en worden met permissie gebruikt. #S001562 – DUTCH