
SANNHETEN OM
MARIHUANA
Chronic
Herb
Smoke
Pot
Weed
Gress
Dope
neitilstoff.org



HVORFOR DETTE HEFTET BLE LAGET

Det prates mye om stoffer verden over – på gaten, i skolen, på Internett og på TV. Noe av det er sant, noe er ikke sant.

Det du kanskje ikke vet er at mye av det du hører om stoff faktisk kommer fra langerne. Tidligere langere har sagt at de ville si hva som helst for å få et salg.

Du trenger de virkelige faktaene og sannheten om stoff slik at du kan ta en informert beslutning om det. Det er grunnen til at vi lagde dette heftet – for deg.

Tilbakemelding fra deg er viktig for oss, så fortell oss hva du mener om dette heftet. Besøk oss på **NeiTilStoff.org** og send oss en e-post på **info@drugfreeworld.org**.

HVA ER MARIHUANA?

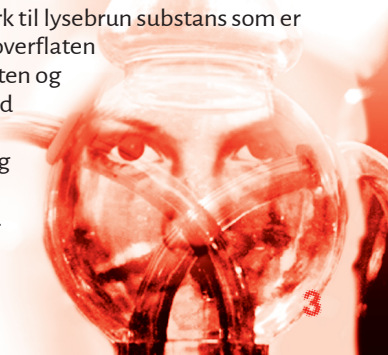
Marihuana er et av de mest misbrukte stoffene i verden. Ifølge Verdens helseorganisasjon bruker 200 millioner mennesker marihuana hvert år. I USA er marihuana det mest brukte psykofarmakon (et stoff som påvirker en persons mentale tilstand) etter alkohol, med nesten 12 millioner unge voksne som rapporterer marihuanabruk i løpet av ett år.

Det er en betydelig kløft mellom de vitenskapelige faktaene om marihuana og mytene omkring stoffet. Mange mennesker tror at siden det er lovlig noen steder, må marihuana være harmløst. Men kroppen vet ikke forskjellen mellom et lovlig stoff og et ulovlig et – den vet bare hvilken effekt stoffet skaper.

Formålet med dette heftet er å oppklare noen av misoppfatningene som finnes angående marihuana.

Marihuana kommer fra cannabisplanten. Den sinnsendrende substansen finnes hovedsakelig i blomstene (vanligvis kalt *knopper*), med mindre mengder i frøene, bladene og stilkene.

Hasjisj er en mørk til lysebrun substans som er blitt skrapet fra overflaten på cannabisplanten og presset til en solid masse. Den blir deretter tørket og formet til plater, staver eller kuler.



KJEMISK INNHOLD

Marihuana og hasjisj inneholder over 500 kjemikalier. Det kjemiske stoffet som er ansvarlig for forgiftning er *THC* (kort for *tetrahydrocannabinol*). THC skaper de psykoaktive effektene (som påvirker hjernen og endrer humør, persepsjon eller bevissthet) som klassifiserer marihuana som et stoff.

Planter har egenskaper som beskytter seg selv i naturen, så som giftstoffer som gjør dyr syke eller svake. THC tjener som den beskyttende mekanismen til marihuanaplanten.

Delta-8* og andre THC-produkter stammer fra cannabisplanten. Disse stoffene, som ofte selges til vaping eller som spiselige produkter, er i stor grad uregulerte og kan ha farlige bivirkninger. De modifiseres ofte for å øke styrken og kan inneholde skadelige kjemikalier.

Noen mennesker tror at marihuana er harmløst fordi det er en plante og derfor «naturlig». Men mange naturlige planter kan være skadelige eller giftige.

Å brenne tørkede blader og inhalere røyken er ikke naturlig. Å inhalere marihuanarøyk innebærer også å inhalere andre skadelige kjemikalier.

Du har kanskje hørt om «medisinsk marihuana». Marihuana inneholder en kjemikalie som heter



CBD (kort for *cannabidiol*), som er forbundet med potensielle helsefordeler, spesielt for epilepsi og kronisk smerte. I motsetning til THC forårsaker ikke CBD en rus, men studier viser at bruk over en lang tidsperiode eller ved høye doser kan forårsake leverskade og mageproblemer.

Marihuana er et stoff, og i likhet med andre stoffer har det skadelige bivirkninger som dette heftet vil dekke.

* delta-8: en form for THC som stammer fra cannabisplanten. delta-8, delta-9 og andre delta-produkter er forskjellige former for THC brukt i spiselige produkter og vape-produkter.

HVORDAN BLIR DET BRUKT?



Marihuana består av uttørkede blader, stengler, blomster og frø fra cannabisplanten. Den er vanligvis grønn, brun eller grå.

Hasjisj er en lysebrun, mørkebrun eller svart harpiks som blir tørket og presset til plater, staver eller kuler. Når de røykes, gir både marihuana og hasjisj fra seg en særegen lukt.

Marihuana kan røykes som en sigarett (kalt en *joint*), i en tørr pipe eller i en vannpipe (kalt en *bong*). Kjemisk utvunnede og genetisk modifiserte molekyler fra cannabisplanten kan vapes. Noen ganger åpner brukere opp sigarer og erstatter tobakken med marihuana (kalt en *blunt*). Det kan også blandes med mat (kalt *spiselige produkter*) eller brygges som te. Spiselige produkter er dekket i detalj senere i dette heftet.

Når en person inhalerer marihuanarøyk, føler de vanligvis effektene i løpet av minutter. THC passerer raskt fra lungene og inn i

blodstrømmen, og når hjernen og andre organer. THC overaktiverer deler av hjernen og forårsaker en rus. De umiddelbare fornemmelsene – så som økt puls, minsket koordineringsevne og balanse, samt en «drømmeaktig» sinnstilstand – når sin topp innen 30 minutter. Disse virkningene varer vanligvis to til tre timer eller lenger, avhengig av mengden som inntas og styrken av THC.

Siden den typiske brukeren inhalerer mer røyk og holder den inne lenger enn hva han ville gjort med en sigarett, vil røyking av marihuana kraftig påvirke lungene. Forskere har funnet ut at marihuanarøykere inhalerer lignende giftstoffer som dem som inhaleres av sigarettrøykere, men marihuana reduserer blodets evne til å transportere oksygen fem ganger mer enn sigaretter.



DABBING

Dabbing refererer til å bruke svært konsentrerte former av marihuana, som hasjisjolje, laget ved å utvinne THC fra cannabis. Den konsentrerte THC-en danner en mørkebrun eller gul, klebrig, gummiaktig substans.

Dabbing innebærer å varme opp THC-konsentratet og inhalere det, enten med en e-sigarett, en fordamper eller et spesielt apparat, noen ganger kalt en *dab-rigg* eller en *olje-rigg*.

VIRKNINGENE AV DABBING

Dabbing intensiverer effektene av å røyke marihuana. THC-nivåene i marihuana varierer vanligvis fra 15–30 prosent, men når man dabber kan de nå så høyt som 99 prosent.

Dabbing kan forårsake raske hjerteslag, blackouts, krypende følelser i huden, tap av bevissthet og psykotiske symptomer som paranoia og hallusinasjoner. På grunn av dens høye styrke kan dabbing føre til ulykker og fall, så vel som ukontrollerbar



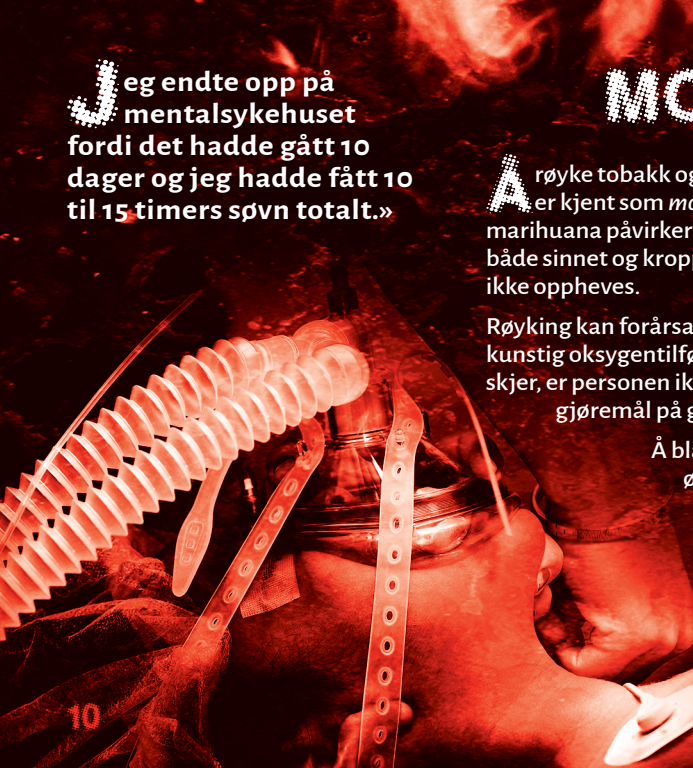
oppkast, kjent som *cannabinoid hyperemesis*-syndrom* (*CHS*). Dabbing kan til og med føre til død.

Etter hvert som legaliseringen av marihuana ekspanderte over hele USA, økte cannabisrelaterte akuttmottakbesøk av unge mennesker.

Dabbing utsetter brukere for skadelige kjemikalier og giftige løsemidler som brukes til å utvinne marihuana-konsentrater.

* hyperemesis: uvanlig mye eller kraftig oppkast (kommer fra det greske ordet *hyper*, som betyr «uvanlig mye», og *emesis*, som betyr «oppkast»)

Jeg endte opp på mentalsykehuset fordi det hadde gått 10 dager og jeg hadde fått 10 til 15 timers søvn totalt.»



MOOKING

Å røyke tobakk og marihuana sammen i en pipe er kjent som *mooking*. Kjemikaliene i tobakk og marihuana påvirker nervesystemet og gjør noe med både sinnet og kroppen. Noen av disse virkningene kan ikke oppheves.

Røyking kan forårsake alvorlig lungesykdom som krever kunstig oksygentilførsel 24 timer i døgnet. Når dette skjer, er personen ikke lenger i stand til å utføre vanlige gjøremål på grunn av alvorlige pustevansker.

Å blande marihuana og tobakk sammen øker eksponeringen for skadelige kjemikalier, som skaper større risikoer for lungene og det kardiovaskulære systemet.

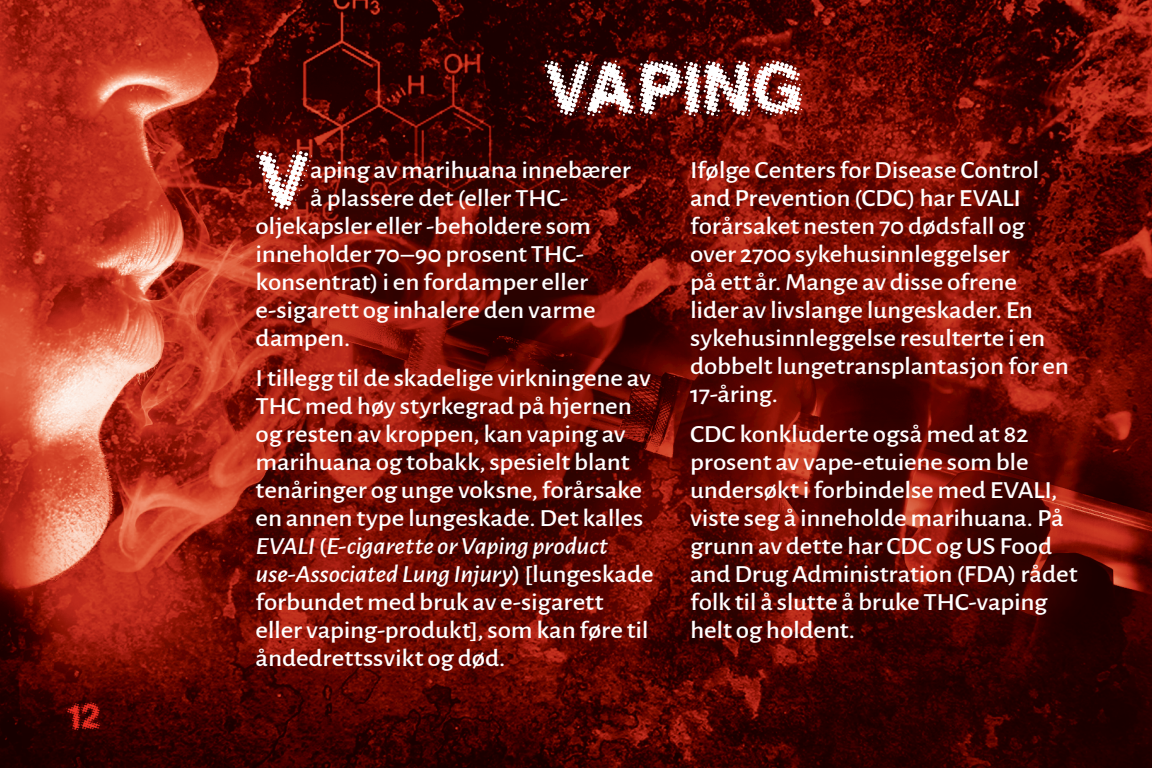
SPISELIGE PRODUKTER

Spiselige produkter er mat og drikke som er tilsatt THC, så som brownies, småkaker, godteri, brus og te. Mange emballasjer for spiselige produkter ligner godteri og snacks som barn gjenkjenner, og gir inntrykk av at disse produktene med høyt THC-innhold er ufarlige. Det er de ikke.

Når en person røyker marihuana, føler han virkningene umiddelbart. Når en person inntar mat eller drikke blandet med marihuana, kan det ta 30 til 60 minutter å fordøye, så det tar lengre tid for stoffet å bli aktivert. På grunn av dette spiser folk gjerne mer. Når virkningene endelig kommer, er sjansene for å bli ekstremt beruset mye større.

Innholdet av THC i spiselige produkter kan variere mye, hvilket resulterer i rapporter om ekstrem paranoia og engstelse, og i noen tilfeller til og med psykotiske episoder. Her er bare et par bemerkelsesverdige historier som involverer spiselige produkter:

- En reporter fra *New York Times* spiste en godteribar som inneholdt marihuana og sa at han tilbrakte de neste åtte timene krøllet sammen i en «hallusinatorisk tilstand».
- En tenåring i Wyoming spiste en sjettedel av en kjeks som inneholdt marihuana. Etter omtrent en time følte han ingenting, så han spiste resten av kjeksen. Etter at virkningene av stoffet slo inn, hoppet han fra en balkong i fjerde etasje og døde.



VAPING

Vaping av marihuana innebærer å plassere det (eller THC-oljekapsler eller -beholdere som inneholder 70–90 prosent THC-konsentrat) i en fordamper eller e-sigarett og inhalere den varme dampen.

I tillegg til de skadelige virkningene av THC med høy styrkegrad på hjernen og resten av kroppen, kan vaping av marihuana og tobakk, spesielt blant tenåringer og unge voksne, forårsake en annen type lungeskade. Det kalles *EVALI* (*E-cigarette or Vaping product use-Associated Lung Injury*) [lungeskade forbundet med bruk av e-sigarett eller vaping-produkt], som kan føre til åndedrettssvikt og død.

Ifølge Centers for Disease Control and Prevention (CDC) har EVALI forårsaket nesten 70 dødsfall og over 2700 sykehusinnleggelser på ett år. Mange av disse ofrene lider av livslange lungeskader. En sykehusinnleggelse resulterte i en dobbelt lungetransplantasjon for en 17-åring.

CDC konkluderte også med at 82 prosent av vape-etuiene som ble undersøkt i forbindelse med EVALI, viste seg å inneholde marihuana. På grunn av dette har CDC og US Food and Drug Administration (FDA) rådet folk til å slutte å bruke THC-vaping helt og holdent.

NAVN PÅ GATA

MARIHUANA

Blaze
Buds
Dagga
Dope
420
Ganja
Gress
Herb
Hjemmeavla
J
Mary Jane
Pot
Puff
Reefer
Skunk
Texas Tea
Trees
Weed

HASJISJ

Budder
Crumble
Hasj
Honey Oil
Kush

UTTRYKK FOR MENGDEN

Dime Bag: ett gram marihuana
Dub of Bud: to gram marihuana
Quarter of Bud: syv gram marihuana
Half a Zip: 14 gram marihuana
Zip: 28 gram marihuana
QP: 113 gram marihuana

HVORDAN MARIHUANA HAR ENDRET SEG OVER TID

Cannabisplanten, hvorfra det lages stoff som marihuana og hasjisj, har vært dyrket i over 2000 år.

Mengden av THC i planten avgjør styrken til stoffet. Mengden av THC i marihuana varierer, og nivået av THC har økt jevnt og trutt i de seneste tiår.

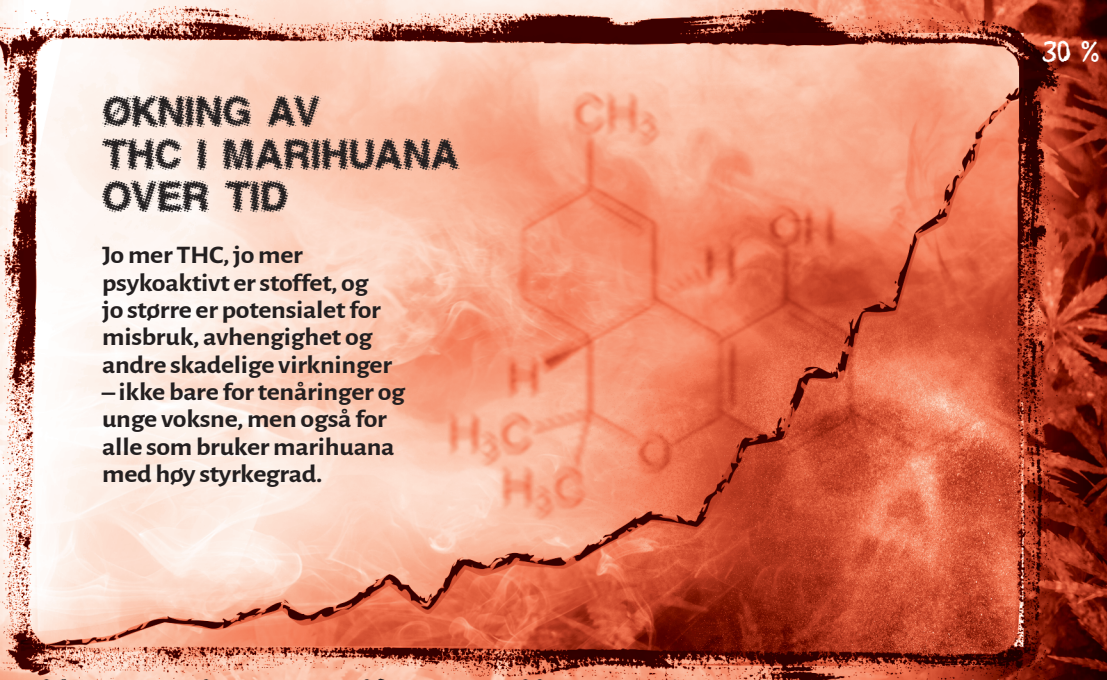
Ved bruk av moderne metoder har marihuanadyrkere utviklet arter av cannabis med mye høyere nivåer av THC enn tidligere. Det gjennomsnittlige THC-innholdet i marihuana i USA i dag er 17–28 prosent, med det høyeste nivået rundt 37 prosent.

Til sammenligning:

- Marihuana som ble røkt fra sent på 1960-tallet gjennom 1970-tallet, inneholdt mindre enn 2 prosent THC.
- På 1990-tallet hadde THC-nivåene økt til omtrent 4 prosent.
- I 2020-årene er den gjennomsnittlige styrken opp til nesten 30 prosent.
- Dabs og spiselige produkter inneholder enda mer THC, og når noen ganger nesten 100 prosent.

ØKNING AV THC I MARIHUANA OVER TID

Jo mer THC, jo mer psykoaktivt er stoffet, og jo større er potensialet for misbruk, avhengighet og andre skadelige virkninger – ikke bare for tenåringer og unge voksne, men også for alle som bruker marihuana med høy styrkegrad.





ER MARIHUANA MEDISIN?

Mens noen komponenter av cannabisplanten kan ha medisinske egenskaper, er dette annerledes enn medisin. Medisiner lages i laboratorier hvor forbindelser ekstraheres, testes, standardiseres (hvilket betyr at stoffet vil gjøre det samme hver gang), og doser fastsettes.

Noen delstater har legalisert medisinsk marihuana, og termen blir ofte markedsført som å gjelde for hele den ubehandlede marihuanaplanten eller dens rå ekstrakter. Men USAs Food and Drug Administration (FDA), som regulerer og godkjenner alle medisiner, har ikke godkjent cannabisplanten eller marihuana til noen som helst medisinsk bruk.

Et kjemikalie som finnes i cannabisplanten kalt *cannabidiol* (*CBD*) har blitt godkjent for behandling av anfall forårsaket av to sjeldne og alvorlige former for epilepsi hos barn. FDA godkjente også flere medisiner laget i pilleform fra syntetisk THC, som kan forårsake engstelse, paranoia, svekket hukommelse og svimmelhet når det inntas over en lang tidsperiode eller i høye doser. Mer langsiktige studier er nødvendig for å fullt ut forstå effektene av forbindelser både på mental og fysisk helse.

MARKEDSFØRING AV MARIHUANA

Markedsføring av marihuana som medisin har endret persepsjonen av stoffet, men de grunnleggende faktaene om dets farer forblir. Og mens debatten om legalisering presser seg på, betyr lovlig ikke det samme som trygt og harmløst. Sigaretter er lovlige, men det er ingen debatt om det faktum at røyking er en helserisiko. Alkohol er lovlig, men se på antallet mennesker som sliter med alkoholavhengighet eller sykdommer forbundet med alkoholmisbruk. Heroin ble en gang solgt som en kur for morfinavhengighet og inkludert i hostesaft, inntil forskning innhentet markedsføringen og fant at den var svært vanedannende.

Poenget: Å røyke marihuana kan skade en persons lunger og hjerte- og karsystem (hjerte og blodkar), og enten det er røkt, vapet eller spist, har THC-en i marihuana skadelige virkninger på sinnet og kroppen.

HVORDAN MARIHUANA PÅVIRKER MÅTEN DU KJØRER BIL PÅ

Marihuana svekker i betydelig grad dømmekraft, motorikk-koordinering og reaksjonstid – alle avgjørende ferdigheter for å kjøre trygt. Det er den nest vanligste psykoaktive substansen etter alkohol funnet blant sjåfører involvert i bilkrasj, og studier har funnet en direkte sammenheng mellom THC-innhold i blodet og nedsatt evne til å kjøre bil.

To europeiske studier fant at sjåfører med THC i kroppen hadde omtrent dobbelt så stor sannsynlighet for å ha skylden for en fatal krasj, enn sjåfører som ikke hadde brukt stoff eller alkohol.

Likeledes viste krasj som involverte sjåfører med høyere nivåer av THC i blodet at de hadde tre til syv ganger større sannsynlighet for å være ansvarlige for ulykken. Mens mange marihuana-brukere tror at de kan kjøre trygt etter røyking, er risikoen betydelig.

En rapport fra American Automobile Association (AAA) avslørte at antallet sjåfører som testet positivt for marihuana etter fatale krasj i delstaten Washington ble fordoblet etter legaliseringen av marihuana. Før legaliseringen stod sjåfører påvirket av marihuana for rundt 8,8 prosent av alle sjåfører som var involvert i trafikkulykker; denne prosentdelen ble mer enn fordoblet etter legaliseringen.

DE SKADELIGE VIRKNINGENE AV MARIHUANA

De umiddelbare virkningene av å bruke marihuana inkluderer høy puls, desorientering og mangel på fysisk koordinering. Brukere kan også oppleve følelser av engstelse, paranoia, mistillit eller panikk. Men problemet slutter ikke der. Ifølge vitenskapelige undersøkelser kan den aktive ingrediensen i cannabis, THC, bli funnet i kroppen i ukevis eller til og med måneder.

Stor bruk kan føre til mange helseproblemer. Marihuana inneholder 50 prosent flere kreftfremkallende kjemikalier enn tobakksrøyk og svekker blodets evne til å transportere oksygen opp til fem ganger mer enn sigaretter.

Når det gjelder negative virkninger på lungene, tilsvarer en cannabisjoint mellom 2,5 og 5 sigaretter.

AVHENGIGHET?

I motsetning til hva man tidligere har trodd, har marihuana vist seg å være et vanedannende stoff. Rundt 30 prosent av marihuanabrukere lider av marihuanaavhengighet. Ungdom som begynner å bruke marihuana før de er 18 år, har fire til syv ganger større sannsynlighet for å utvikle avhengighet av marihuana.





En studie viste at de som begynner å bruke cannabis før de er 18 år, er mer tilbøyelige til å bli vanemessige brukere. Tidlig, vedvarende og hyppig bruk av marihuana i ungdomsårene er forbundet med en reduksjon i IQ-poeng, lavere oppnådd utdanningsnivå, begrenset yrkesmessig suksess og lavere inntekt senere i livet.

TAP AV POTENSIAL

Bruk av marihuana har også vist seg å forårsake økt aggressivitet, paranoia og personlighetsforandringer. Jo høyere styrken av cannabis er, jo mer tilbøyelig er det til å forårsake voldelig oppførsel.

Bruk blant menn kan fordoble risikoen for at partneren aborterer – uavhengig av kvinnens bruk. Bruk av marihuana kan endre strukturen i sædcellene og deformere dem. Selv små mengder marihuana kan forårsake midlertidig sterilitet hos menn. Marihuana kan også forstyrre kvinners menstruasjon.

Barn hvis mødre brukte marihuana under svangerskapet har 65 prosent høyere sannsynlighet for å bli diagnostisert med autisme. Prenatal marihuanaeksponering kan også øke risikoen for at barnet utvikler manglende intellektuelle evner og lærevansker.



KORTTIDSVIRKNINGER

- Hjertebank
- Endrede sanseinntrykk
- Endret tidssans
- Humørsvingninger
- Problemer med å tenke og løse problemer
- Svekket hukommelse
- Liten konsentrasjonsevne
- Engstelse
- Frykt
- Mistro
- Paranoia
- Svekket dømmekraft
- Farlig kjøreatferd
- Hallusinasjoner (når inntatt i høye doser)
- Vrangforestillinger (når inntatt i høye doser)
- Psykose (risikoen er høyest ved regelmessig bruk av marihuana med høy styrkegrad)

LANGTIDSVIRKNINGER

- Dårlige prestasjoner på skolen og høyere sjanse for å droppe ut
- Nedgang i IQ (opptil åtte poeng hvis lengre tids bruk begynte i tenårene)
- Svekket tenkeevne og evne til å lære og utføre komplekse oppgaver
- Mindre tilfredshet og prestasjon
- Økt risiko for hjerteanfall
- Økonomiske vanskeligheter
- Problemer med forhold, vold mot kjæreste/samboer/ektefelle
- Større mulighet for å bli arbeidsledig eller ikke få gode jobber
- Avhengighet: 1 av 10 personer som bruker marihuana vil bli avhengig. For dem som begynner før 18 år, stiger avhengighetsprosenten til 1 av 6.
- Økt risiko for alkoholavhengighet
- Økt risiko for opiatmisbruk



«Jeg startet da bestevennen min utfordret meg og sa at jeg var for feig til å røyke en joint og drikke en halvliter øl. Jeg var 14 på den tiden. Etter syv år med stoffbruk og drikking endte jeg med å bli avhengig. Jeg brukte ikke lenger stoff for å få en lykkefølelse, men bare for å få noe som liknet på en normal følelse.

Så begynte jeg å få negative følelser om meg selv og mine egne evner. Jeg hatet paranoiaen jeg følte. Jeg hatet at jeg måtte sjekke hele tiden om noen var etter meg. Jeg hatet virkelig at jeg ikke kunne stole på vennene mine. Jeg ble så paranoid at jeg lyktes med å drive alle andre vekk, og til slutt endte jeg opp i den forferdelige situasjonen som ingen ønsker å være i – jeg var helt alene. Jeg våknet om morgenen og begynte å ta stoff og fortsatte hele dagen.» – Paul

PÅ VEIEN TIL STOFFMISBRUK

Brukere av marihuana til rekreasjonsformål tar stoffet for rusen det skaper. Fortsatt bruk bygger toleranse, og får dem til ta sterkere marihuana, kraftigere dabs eller spiselige produkter eller til og med prøve sterkere stoffer.

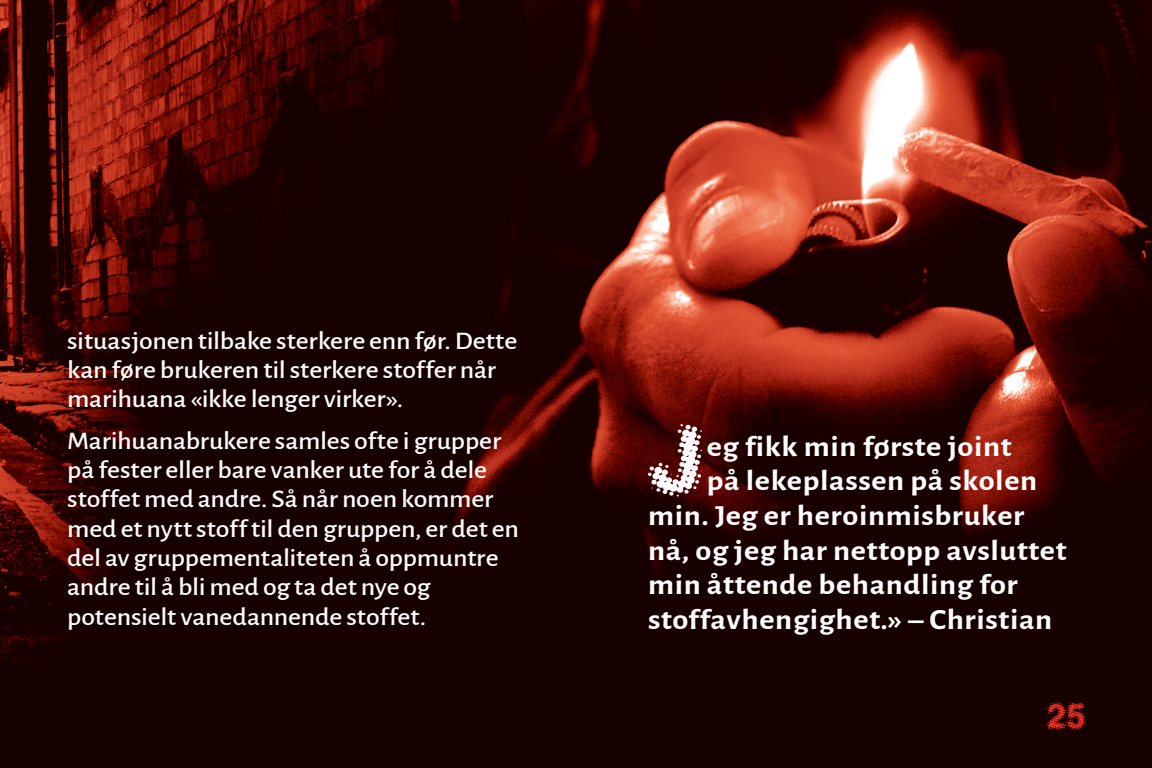
Marihuana i seg selv fører ikke direkte en person til andre stoffer, men de fleste stoffavhengige startet med marihuana eller alkohol.

En studie fant at nesten halvparten av marihuanabrukere går videre til å bruke andre stoffer. Nesten alle som har brukt kokain eller heroin (95–97 prosent) startet med marihuana.

Folk tar stoff for å flykte fra uønskede situasjoner eller følelser. Marihuana skjuler disse problemene mens brukeren er ruset. Men når rusen forsvinner, vender problemet, den uønskede tilstanden eller

situasjonen tilbake sterkere enn før. Dette kan føre brukeren til sterkere stoffer når marihuana «ikke lenger virker».

Marihuanabrukere samles ofte i grupper på fester eller bare vanker ute for å dele stoffet med andre. Så når noen kommer med et nytt stoff til den gruppen, er det en del av gruppementaliteten å oppmuntre andre til å bli med og ta det nye og potensielt vanedannende stoffet.



«Jeg fikk min første joint på lekeplassen på skolen min. Jeg er heroinmisbruker nå, og jeg har nettopp avsluttet min åttende behandling for stoffavhengighet.» – Christian



BAK RØYKTEPPET

Bruken av marihuana er ikke bare skadelig for brukeren – det kan også bli en fare for samfunnet.

Forskning viser at marihuana kan forårsake problemer i dagliglivet. En studie fant at unge voksne som bruker marihuana regelmessig, hadde 20 ganger større sannsynlighet for å bruke andre ulovlige stoffer, fire ganger større sannsynlighet for å bli stordrikkere og syv ganger større sannsynlighet for å røyke daglig.

Brukere hadde også mindre enn halvparten så stor sannsynlighet som ikke-brukere for å ha romantiske forhold.

En studie av postbetjenter viste at ansatte som testet positivt på marihuana, hadde 55 prosent flere ulykker, 85 prosent flere skader og 75 prosent høyere sykefravær.

Marihuana kan skade en persons hukommelse – og denne virkningen kan vare i dager eller uker etter at de umiddelbare virkningene av stoffet forsvinner. I en studie ble en gruppe med tunge marihuanabrukere bedt om å



Læreren min på skolen pleide å røyke tre til fire jointer hver dag. Han fikk mange elever til å begynne å røyke marihuana, også meg. Langeren hans pushet meg deretter til å begynne med heroin, hvilket jeg gjorde uten motstand. Det var som om samvittigheten min på det tidspunktet allerede var død.» – Veronique



gjenkalle ord fra en liste. Deres evne til å huske ordene ble ikke normal igjen før opp til fire uker etter at de hadde sluttet å røyke.

Skoleelever som bruker marihuana får dårligere karakterer, og det er mindre sannsynlig at de begynner på universitetet sammenlignet med ikke-brukere. De har ikke den samme evnen til å huske og organisere informasjon.

HVA LANGERNE VIL FORTELLE DEG

Enten det er lovlig eller ulovlig, er marihuana stor forretning, og målet er å tjene massevis av penger.

Da tenåringer ble spurt for å finne ut hvorfor de startet å bruke stoff, svarte 55 prosent at det var på grunn av press fra venner. Både marihuana-industrien og de som selger stoffet, ønsker å få det til å virke som om bruk av marihuana er harmløst, at det vil «hjelpe deg», at det er noe som «løfter deg opp», «hjelper deg med å passe inn» eller «vil gjøre deg kul».

For at marihuana-industrien skal blomstre, trenger de avhengige kunder, ettersom mesteparten av fortjenesten deres kommer fra avhengige, ikke tilfeldige brukere. Siden folk er mer tilbøyelige til å bli avhengige hvis de begynner når de er unge, retter mye av marihuana-markedsføring seg mot unge mennesker som deg.

De vil si hva som helst for å få deg til å kjøpe stoffet sitt, bare for å tjene penger.

Stofflangere bryr seg ikke om stoffet ødelegger livet ditt, så lenge de får betalt. Alt de bryr seg om er penger.

Skaff deg faktaene om stoff. Bestem selv hva du vil gjøre.

Sannheten om Stoff



Stoff er grunnleggende sett gift. Hvor mye som tas avgjør virkningen.

En liten mengde virker stimulerende (øker aktivitet). En større mengde virker som et beroligende middel (undertrykker aktivitet). En enda større mengde virker som en gift og kan ta livet av en.

Dette er sant for ethvert stoff. Bare mengden som trengs for å oppnå den ønskede virkningen varierer.

Men mange stoffer har enda en ulempe: de påvirker sinnet direkte. Dette kan forvrenge brukerens oppfatning av hva som skjer rundt ham. Som et resultat kan en persons handlinger virke merkelige, ufornuftige, upassende og til og med destruktive.

Stoff avskjærer alle følelser, de ønskverdige så vel som de uønskede. Så, mens de gir hjelp med lindring av smerte for en kort tid, utsletter de også evner og årvåkenhet og gjør tankene uklare.

Medisiner er substanser som har til hensikt å øke eller senke hastigheten, eller forandre noe med hensyn til hvordan kroppen din fungerer for å prøve å få den til å fungere bedre. Noen ganger er de nødvendige. Men disse er fortsatt narkotiske midler: De fungerer stimulerende eller beroligende, og for mye kan ta livet av deg. Så hvis du ikke bruker medisiner slik de er ment å brukes, kan de være like farlige som ulovlige stoffer.

HVORFOR BRUKER FOLK STOFF?

Folk bruker stoff fordi de ønsker å endre noe i livet sitt.

Her er noen av grunnene unge mennesker har angitt for å ta stoff:

- For å passe inn
- For å slippe vekk eller slappe av
- For å ikke kjede seg
- For å virke mer voksne
- For å gjøre opprør
- For å eksperimentere

De tror stoff er en løsning. Men til sist blir stoff problemet.

Skjønt det kan være vanskelig å se ens problemer i øynene, er følgene av å bruke stoff alltid verre enn det problemet man prøver å løse med dem.

Det virkelige svaret er å få faktaene og ikke ta stoff i første omgang.

Millioner av eksemplarer av hefter som disse har blitt delt ut til folk verden over på 20 språk.

Når nye stoff dukker opp på gaten, og mer informasjon om deres virkninger blir kjent, blir eksisterende hefter oppdatert og det blir lagd nye.

Heftene blir utgitt av Foundation for a Drug-Free World (Stiftelsen for en Stoffri Verden), en allmennyttig organisasjon med hovedkontor i Los Angeles i California.

Stiftelsen skaffer til veie undervisnings-materialer, råd og koordinerer sitt internasjonale nettverk til forebygging av stoffmisbruk. Organisasjonen arbeider med unge, foreldre, lærere, frivillige organisasjoner og myndigheter – alle som er interessert i å hjelpe mennesker til et liv uten stoffmisbruk.

REFERANSER:

For kildematerialet som ble brukt til å sette sammen dette heftet, gå til NeiTilStoff.org/refs.

FOTO: sider 20, 22: Alamy

FAKTA DU TRENGER Å VITE

Dette heftet er ett i en serie med publikasjoner som inneholder fakta om marihuana, alkohol, fentanyl, syntetisk narkotika, ecstasy, kokain, crack-kokain, crystal meth og metamfetamin, sniffestoffer, heroin, LSD og misbruk av reseptpliktige legemidler. Utstyrt med denne informasjonen kan leseren ta beslutningen om å leve et liv uten stoff.

For å gjøre gratis online-kurs eller for å komme i kontakt med en Stoffri Verden-avdeling i ditt område, gå til NeiTilStoff.org

Foundation for a Drug-Free World
NeiTilStoff.org • info@drugfreeworld.org
1 888 668 6378 • 1 818 952 5260

Skann her for å laste ned dette heftet

© 2025 Foundation for a Drug-Free World. Alle rettigheter forbeholdt. Truth About Drugs og The Foundation for a Drug-Free World-logoen er varemerker eid av The Foundation for a Drug-Free World, og brukes med dens tillatelse. #S001562–NORWEGIAN