
SANNINGEN OM
MARIJUANA
Weed
Bra
Röka
Grönt
Maja
Gräs
Mary Jane
nejtilldroger.se



VARFÖR DETTA HÄFTE PRODUCERADES

Det är mycket prat om droger nuförtiden – i skolan, på gatorna, på internet och i tv. En del av det är sant, en del inte.

Vad du kanske inte vet är att mycket av vad du hör om droger faktiskt kommer från dem som säljer dem. Tidigare langare har medgett att de skulle ha sagt vad som helst till folk för att få dem att köpa droger.

Du behöver verkliga fakta och sanningen om droger så att du kan fatta ett välgrundat beslut om dem. Det är därför vi har producerat detta häfte – för dig.

Din feedback är viktig för oss, så låt oss veta vad du tycker om detta häfte. Besök oss på nätet på **NejTillDroger.se** och skicka e-post till oss på **info@drugfreeworld.org**.

VAD ÄR MARIJUANA?

Marijuana är en av de vanligaste missbrukade drogerna i världen. Enligt Världshälsoorganisationen använder 200 miljoner människor marijuana varje år. I USA är marijuana den mest använda psykotropa drogen (en drog som påverkar en persons mentala tillstånd) efter alkohol, och nästan 12 miljoner unga vuxna rapporterar att de har använt marijuana under ett år.

Det finns en betydande klyfta mellan de vetenskapliga fakta om marijuana och de myter som omger den. Många människor tror att marijuana måste vara ofarligt eftersom det är lagligt på vissa platser. Kroppen vet dock inte skillnaden mellan en laglig drog och en olaglig drog – den vet bara vilken effekt drogen skapar.

Syftet med denna publikation är att reda ut några av missuppfattningarna om marijuana.

Marijuana kommer från cannabisplantan. Den sinnesförändrande substansen finns huvudsakligen i blommorna (vanligtvis kallade *toppar*), med mindre mängder i fröna, bladen och stjälkarna.

Hasch är ett mörkt till ljusbrunt ämne som skrapas från ytan av cannabisplantan och pressas till en fast massa. Det torkas sedan och formas till block, plattor, kakor eller bollar.



KEMISKT INNEHÅLL

Marijuana och hasch innehåller över 500 kemikalier. Den kemikalie som är ansvarig för berusning är *THC* (kort för *tetrahydrocannabinol*). THC skapar de psykoaktiva effekterna (som påverkar hjärnan och förändrar humör, perception eller medvetande) som klassificerar marijuana som en drog.

Växter har egenskaper för att skydda sig själva i naturen, såsom gifter som gör djur sjuka eller svaga. THC fungerar som marijuanaplantans skyddsmekanism.

Delta-8* och andra THC-produkter kommer från cannabisplantan. Dessa substanser, som ofta säljs för vejpning eller som ätbara cannabisprodukter, är till stor del oreglerade och kan ha farliga biverkningar. De modifieras ofta för att öka styrkan och kan innehålla skadliga kemikalier.

En del tror att marijuana är ofarligt eftersom det är en växt och därför ”naturligt”. Men många naturliga växter kan vara skadliga eller giftiga.

Att bränna torkade blad och andas in röken är inte naturligt. Att andas in marijuanarök innebär också att man andas in andra skadliga kemikalier.

Du kanske har hört talas om ”medicinsk

marijuana". Marijuana innehåller en kemikalie som kallas *CBD* (kort för *cannabidiol*), som förknippas med potentiella hälsofördelar, särskilt för epilepsi och kronisk smärta. Till skillnad från THC orsakar CBD inte ett rus, men studier visar att användning under en längre tid eller i höga doser kan orsaka leverskador och magproblem.

Marijuana är en drog och har, precis som andra droger, skadliga biverkningar, vilket det här häftet kommer att ta upp.

* Delta-8: en form av THC som utvinns ur cannabisplantan. Delta-8, delta-9 och andra delta-produkter är olika former av THC som används i ätbara cannabisprodukter och e-cigaretter.

HUR ANVÄNDS DEN?

Marijuana kan rökas som en cigarett (kallad en *joint*), i en torr pipa eller i en vattenpipa (kallad en *bong*). Kemiskt extraherade och genetiskt modifierade molekyler från cannabisplantan kan vejpas. Ibland öppnar användare cigarrer och ersätter tobaken med marijuana (kallad en *blunt*). Det kan också blandas i mat (vilket kallas *ätbara cannabisprodukter* eller *edibles*) eller bryggas som te. Ätbara cannabisprodukter behandlas i detalj längre fram i det här häftet.

När man andas in marijuanarök känner man vanligtvis effekterna inom några minuter.

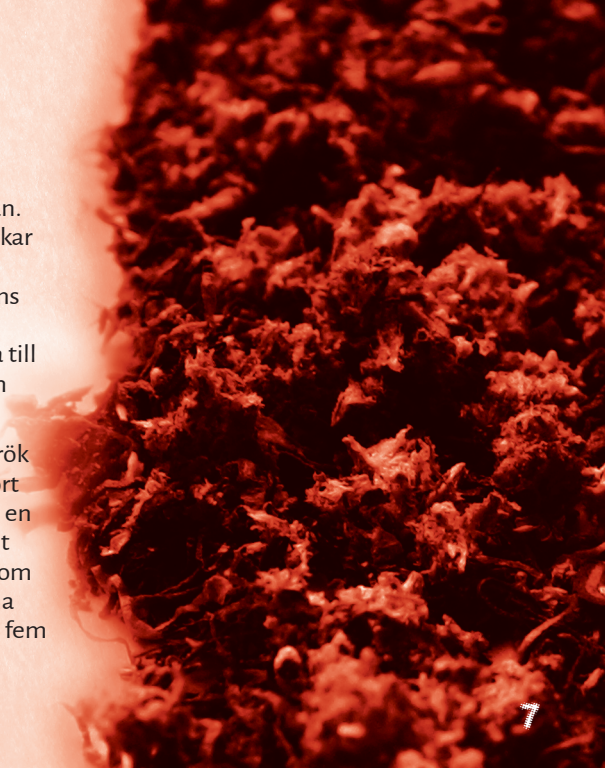


Marijuana består av torkade blad, stjälkar, blommor och frön från cannabisplantan. Den är vanligtvis grön, brun eller grå.

Hasch är en gulbrun, brun eller svart kåda som torkas och formas till block, plattor, kakor eller bollar. När man röker marijuana och hasch avger de båda en karakteristisk lukt.

THC passerar snabbt från lungorna till blodomloppet och når hjärnan och andra organ. THC överaktiverar delar av hjärnan, vilket orsakar ett rus. Omedelbara effekter – såsom ökad hjärtfrekvens, minskad koordination och balans och ett ”drömlikt” tillstånd – når sin höjd inom 30 minuter. Dessa effekter varar vanligtvis i två till tre timmar eller längre, beroende på mängden som tagits och THC-styrkan.

Eftersom den typiska användaren drar in mer rök och håller den kvar längre än han skulle ha gjort med en cigarett, orsakar rökning av marijuana en allvarlig effekt på lungorna. Forskare har funnit att marijuanarökare andas in liknande gifter som de som cigarettrökare andas in, men marijuana minskar blodets förmåga att transportera syre fem gånger mer än cigaretter.



DABBING

Dabbing syftar på att använda mycket koncentrerade former av marijuana, till exempel hascholja, som framställs genom att extrahera THC från cannabis. Denna koncentrerade THC bildar en mörkbrun eller gul, klibbig, gummiaktig substans.

Dabbing innebär att man värmer upp THC-koncentratet och inhalerar det, antingen med en e-cigarett, förångare eller en speciell apparat, som ibland kallas för en *dab rig* eller en *oil rig*.

EFFEKTERNA AV DABBING

Dabbing förstärker effekterna av att röka marijuana. THC-nivåerna i marijuana ligger vanligtvis mellan 15–30 procent men kan, när man dabbar, nå så högt som 99 procent.

Dabbing kan orsaka snabb hjärtrytm, blackouter, en känsla av att det kryper i huden, medvetslöshet och psykotiska symtom som paranoia och hallucinationer. På grund av dess höga styrka kan dabbing leda till olyckor och fall, samt okontrollerbara kräkningar,



känt som *cannabisrelaterat hyperemesissyndrom** (*CHS*). Dabbing kan till och med leda till döden.

I takt med att legaliseringen av marijuana spred sig över USA ökade cannabisrelaterade akuta sjukhusbesök av unga människor.

Dabbing utsätter användare för skadliga kemikalier och giftiga lösningsmedel som används vid utvinning av marijuanakoncentrat.

* hyperemesis: överdriven eller kraftig kräkning (kommer från de grekiska orden *hyper*, som betyder ”överdriven”, och *emesis*, som betyder ”kräkning”)

”Jag hamnade på psyket eftersom det hade gått 10 dagar och jag hade fått 10 till 15 timmars sömn totalt.”



MOOKING

Att röka tobak och marijuana tillsammans i en pipa kallas för *mooking*. De kombinerade kemikalierna i tobak och marijuana påverkar nervsystemet samt sinne och kropp. En del av dessa effekter kan inte göras ogjorda.

Att röka cigaretter kan leda till allvarliga lungsjukdomar som kräver syre 24 timmar om dygnet. När detta inträffar kan en person inte längre utföra normala aktiviteter på grund av svår andnöd.

Att blanda marijuana och tobak ökar exponeringen för skadliga kemikalier, vilket orsakar större risker för lungorna och hjärt-kärlsystemet.

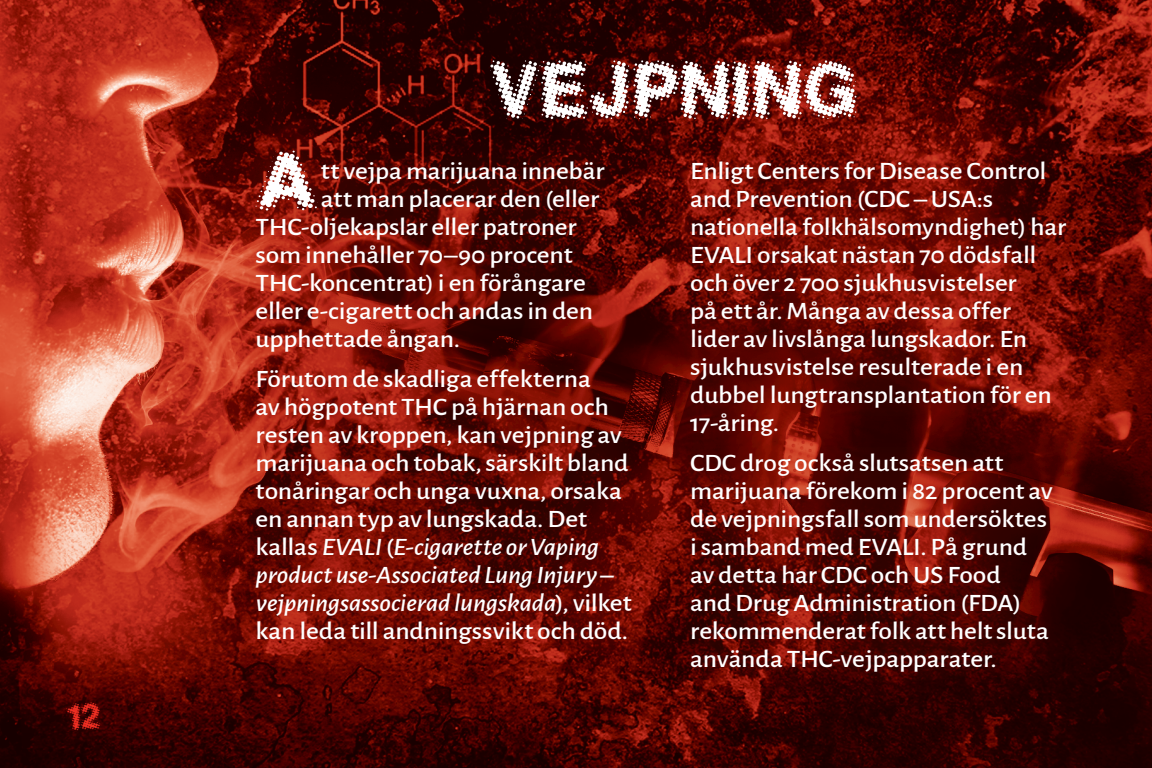
ÄTBARA CANNABISPRODUKTER

Ätbara cannabisprodukter, även kallade edibles, är mat och drycker som innehåller THC, såsom brownies, kakor, godis, läsk och te. Många förpackningar för ätbara cannabisprodukter liknar godis och snacks som barn känner igen, vilket ger intrycket att dessa produkter med hög THC-halt är ofarliga. Det är de inte.

När man röker marijuana känner man effekterna omedelbart. När en person konsumerar mat eller dryck med marijuana kan det ta 30 till 60 minuter att smälta, så det tar längre tid innan drogen aktiveras. På grund av detta äter folk ofta mer. När effekterna slutligen slår till ökar risken för att bli extremt berusad avsevärt.

THC-halten i ätbara cannabisprodukter kan variera kraftigt, vilket har lett till rapporter om extrem paranoia och ångest och i vissa fall till och med psykotiska episoder. Här är bara några allvarliga fall som involverar ätbara cannabisprodukter:

- En reporter för *The New York Times* som åt en chokladkaka med marijuana sade att han tillbringade de följande åtta timmarna hopkrupen i ett ”hallucinerande tillstånd”.
- En tonåring i Wyoming åt en sjättedel av en kaka med marijuana. Efter ungefär en timme kände han ingenting, så han åt resten av kakan. Efter att effekterna av drogen satte igång hoppade han till sin död från en balkong på fjärde våningen.



VEJPNING

Att vejpa marijuana innebär att man placerar den (eller THC-oljekapslar eller patroner som innehåller 70–90 procent THC-koncentrat) i en förångare eller e-cigarett och andas in den upphettade ångan.

Förutom de skadliga effekterna av högpotent THC på hjärnan och resten av kroppen, kan vejpning av marijuana och tobak, särskilt bland tonåringar och unga vuxna, orsaka en annan typ av lungskada. Det kallas *EVALI* (*E-cigarette or Vaping product use-Associated Lung Injury – vejpningsassocierad lungskada*), vilket kan leda till andningssvikt och död.

Enligt Centers for Disease Control and Prevention (CDC – USA:s nationella folkhälsomyndighet) har EVALI orsakat nästan 70 dödsfall och över 2 700 sjukhusvistelser på ett år. Många av dessa offer lider av livslånga lungskador. En sjukhusvistelse resulterade i en dubbel lungtransplantation för en 17-åring.

CDC drog också slutsatsen att marijuana förekom i 82 procent av de vejpningsfall som undersöktes i samband med EVALI. På grund av detta har CDC och US Food and Drug Administration (FDA) rekommenderat folk att helt sluta använda THC-vejpapparater.

SLANGBETECKNINGAR

MARIJUANA

Dunder
Maja
W
Röka
Blue cheese
Ganja
Gräs
Ört
Pollen
Skunk
Mary Jane
Braj
Indian
Braja
Grönt
Jazztobak
Marie och Anna
Weed

HASCHISCH

Brunt
Brass
Hasch
Braj
Töj

TERMER FÖR MÄNGDEN

Halva: 2,5 gram marijuana
Femma: 5 gram marijuana
Hegge: 1 hekto (100 gram) marijuana
Kasse: 1 kilo (1 000 gram) marijuana

HUR MARIJUANA HAR FÖRÄNDRATS MED TIDEN

Cannabisplantan, från vilken droger som marijuana och hasch framställs, har odlats i över 2 000 år.

Mängden THC i plantan avgör hur stark drogen är. Mängden THC som finns i marijuana är inte konsekvent och har ökat stadigt under de senaste decennierna.

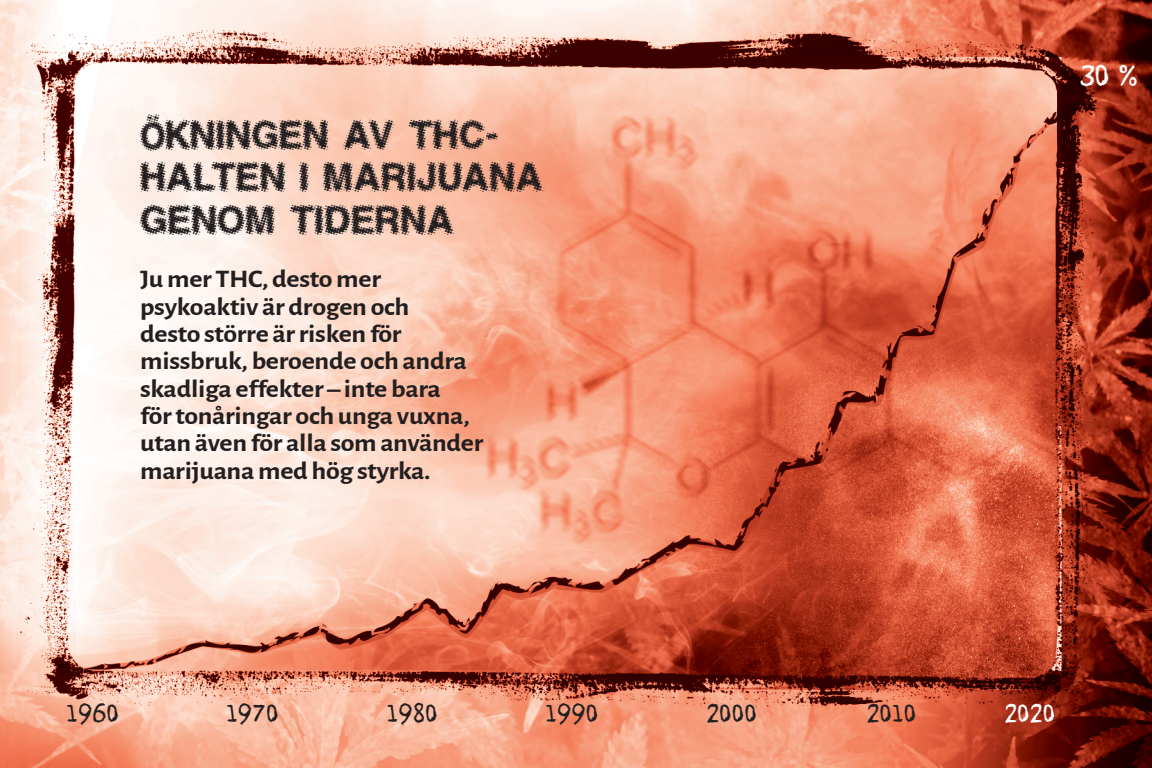
Med moderna tekniker har marijuanaodlare utvecklat cannabisstammar med mycket högre THC-halter än tidigare. Den genomsnittliga THC-halten i marijuana i USA idag är 17–28 procent, med den högsta nivån på cirka 37 procent.

Som jämförelse:

- Marijuanan som röktes från slutet av 1960-talet till 1970-talet innehöll mindre än 2 procent THC.
- På 1990-talet hade THC-halterna ökat till cirka 4 procent.
- På 2020-talet är den genomsnittliga styrkan nästan 30 procent.
- Dabs (cannabisextrakt) och ätbara cannabisprodukter innehåller ännu mer THC, ibland nästan 100 procent.

ÖKNINGEN AV THC-HALTEN I MARIJUANA GENOM TIDERNA

Ju mer THC, desto mer psykoaktiv är drogen och desto större är risken för missbruk, beroende och andra skadliga effekter – inte bara för tonåringar och unga vuxna, utan även för alla som använder marijuana med hög styrka.





ÄR MARIJUANA MEDICIN?

Medan vissa komponenter i cannabisplantan kan ha medicinska egenskaper, är det här något annat än medicin. Mediciner tillverkas i laboratorier där föreningar utvinns, testas, standardiseras (vilket betyder att substansen kommer att ha samma effekt varje gång) och doser bestäms.

Vissa delstater har legaliserat medicinsk marijuana, och termen används ofta i marknadsföring för att syfta på hela den obearbetade marijuanaplantan eller dess råa extrakt. Men den amerikanska myndigheten Food and Drug Administration (FDA), som reglerar och godkänner alla läkemedel, har inte godkänt cannabisplantan eller marijuana för någon medicinsk användning.

En kemikalie som finns i cannabisplantan, kallad *cannabidiol* (*CBD*), har godkänts för behandling av anfall orsakade av två sällsynta och allvarliga former av epilepsi hos barn. FDA har också godkänt flera läkemedel i tablettform som tillverkas av syntetiskt THC, vilket kan orsaka ångest, paranoia, försämrat minne och yrsel när de tas under en längre tid eller i höga doser. Fler långtidsstudier behövs för att man helt ska förstå effekterna av båda ämnena på den mentala och fysiska hälsan.

MARKNADSFÖRING AV MARIJUANA

Att marknadsföra marijuana som medicin har förändrat uppfattningen om drogen, men de grundläggande fakta om dess faror kvarstår. Och medan debatten om legalisering fortsätter, betyder laglig inte säker eller ofarlig. Cigaretter är lagliga, men det råder ingen debatt om att rökning är en hälsorisk. Alkohol är lagligt, men titta på antalet människor som kämpar med alkoholberoende eller sjukdomar som är förknippade med alkoholmissbruk. Heroin såldes en gång som ett botemedel mot morfinberoende och ingick i hostmedicin tills forskningen hann ifatt marknadsföringen och fann att det var mycket beroendeframkallande.

Slutsatsen: att röka marijuana kan skada en persons lungor och hjärt-kärlsystem (hjärtat och blodkärl) och oavsett om det röks, vejpas eller äts har THC i marijuana skadliga effekter på sinnet och kroppen.

HUR MARIJUANA PÅVERKAR BILKÖRNING

Marijuana försämrar omdömet, motoriken och reaktionstiden avsevärt – alla avgörande färdigheter för att köra säkert. Det är det näst vanligaste psykoaktiva ämnet efter alkohol som upptäcks hos förare som varit inblandade i olyckor, och studier har funnit ett direkt samband mellan THC-halten i blodet och nedsatt körförmåga.

Två europeiska studier fann att förare med THC i kroppen var ungefär dubbelt så benägna att vara skyldiga till en dödsolycka än förare som inte hade använt droger eller alkohol. På samma

sätt visade olyckor där förarna hade högre nivåer av THC i blodet att de var tre till sju gånger mer benägna att vara orsaken till olyckan. Även om många marijuanaanvändare tror att de kan köra säkert efter att ha rökt, är riskerna betydande.

En rapport från American Automobile Association (AAA) avslöjade att antalet förare som testade positivt för marijuana efter dödsolyckor i delstaten Washington fördubblades efter legaliseringen av marijuana. Innan legaliseringen stod förare som var påverkade av marijuana för omkring 8,8 procent av alla förare som var inblandade i dödsolyckor i trafiken; denna siffra mer än fördubblades efter legaliseringen.

DE SKADLIGA EFFEKTERNA AV MARIJUANA

De omedelbara effekterna av att använda marijuana inkluderar snabb hjärtrytm, desorientering och brist på fysisk koordination. Användare kan också uppleva känslor av ångest, paranoia, misstro eller panik. Men problemet slutar inte där. Enligt vetenskapliga studier kan den aktiva ingrediensen i cannabis, THC, upptäckas i kroppen i veckor eller till och med månader.

Stort bruk kan leda till många hälsoproblem. Marijuana innehåller 50 procent fler cancerframkallande kemikalier än tobaksrök och försämrar blodets förmåga att transportera syre upp till fem gånger mer än cigaretter.

När det gäller negativa effekter på lungorna motsvarar en cannabisjoint mellan 2,5 och 5 cigaretter.

BEROENDE?

Till skillnad från vad man tidigare trodde har marijuana visat sig vara en beroendeframkallande drog. Cirka 30 procent av alla marijuanaanvändare lider av marijuanaberoende. Ungdomar som börjar använda marijuana innan 18 års ålder löper fyra till sju gånger större risk att utveckla ett beroende av marijuana.





En studie visade att de som börjar använda cannabis innan 18 års ålder löper större risk att bli vanemässiga användare. Tidigt, ihållande och frekvent bruk av marijuana under tonåren är förknippat med en minskning av IQ-poäng, lägre utbildningsnivå, begränsad yrkesmässig framgång och lägre inkomst senare i livet.

FÖRLUST AV POTENTIAL

Det har också visat sig att bruk av marijuana orsakar ökad aggressivitet, paranoia och personlighetsförändringar. Ju högre styrka cannabis har, desto större är sannolikheten att det orsakar våldsamt beteende.

Bruk bland män kan fördubbla risken för missfall hos partnern – oavsett kvinnans bruk. Marijuana kan ändra strukturen på sädesceller och skapa missbildningar hos dem. Även små mängder marijuana kan orsaka tillfällig sterilitet hos män. Marijuana kan också störa en kvinnas menstruationscykel.

Barn vars mödrar använde marijuana under graviditeten har 65 procent större risk att få diagnosen autism. Prenatal exponering för marijuana kan också öka risken för att barnet utvecklar intellektuella och inlärningsmässiga funktionsnedsättningar.



VERKNINGAR PÅ KORT SIKT

- Ökad hjärtfrekvens
- Förvrängda sinnesintryck
- Förvrängd tidsuppfattning
- Humörförändringar
- Svårighet med att tänka och lösa problem
- Försämrat minne
- Kort koncentrationsförmåga
- Ängslan
- Rädsla
- Misstro
- Paranoia
- Försämrat omdöme
- Farligt körbeteende
- Hallucinationer (när det tas i höga doser)
- Vanföreställningar (när det tas i höga doser)
- Psykos (risken är störst vid regelbunden användning av högpotent marijuana)

VERKNINGAR PÅ LÅNG SIKT

- Dålig prestation i skolan och större risk att misslyckas
- Minskad IQ (upp till åtta poäng om långvarigt bruk påbörjas i tonåren)
- Nedsatt tänkande och förmåga att lära och utföra komplexa arbetsuppgifter
- Mindre tillfredsställelse och framgång
- Ökad risk för hjärtattack
- Ekonomiska svårigheter
- Relationsproblem och våld i nära relationer
- Större risk att bli arbetslös eller inte få bra jobb
- Beroende: 1 av 10 personer som använder marijuana blir beroende. För dem som börjar innan 18 års ålder ökar beroenderisken till 1 av 6.
- Ökad risk för alkoholberoende
- Ökad risk för opiatmissbruk



”Jag började röka det efter en utmaning från en bästa vän som sade att jag var för feg för att röka en joint och dricka en liter öl. Jag var 14 år gammal då. Efter sju års missbruk av droger och alkohol befann jag mig vid vägens slut. Jag använde inte längre drogen för att känna eufori, utan bara för att känna mig något så när normal.

Sedan började jag få negativa känslor om mig själv och min egen förmåga. Jag hatade denna paranoia. Jag hatade att behöva gå omkring och vara rädd hela tiden. Jag hatade verkligen att inte kunna lita på mina vänner. Jag blev så paranoid att jag lyckades driva bort alla, och hamnade sedan i det fruktansvärda tillstånd som ingen vill hamna i – jag var ensam. Jag vaknade på morgonen och började knarka och fortsatte knarka hela dagen.” – Paul



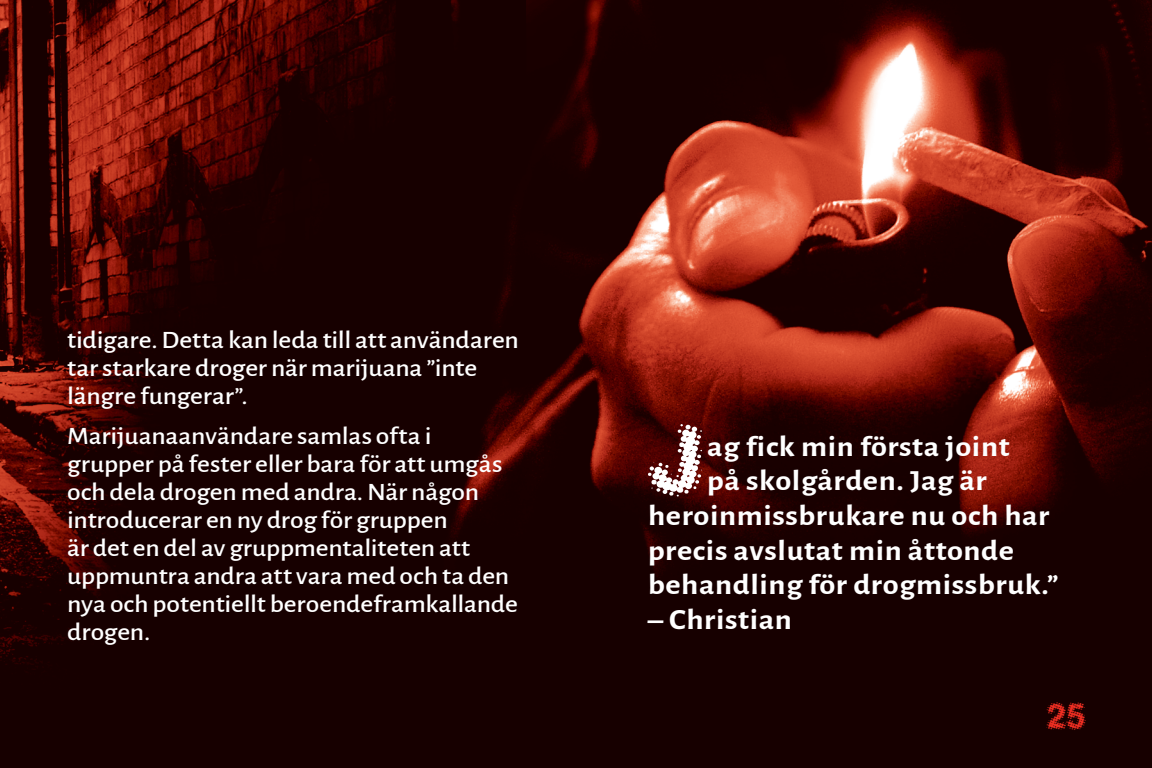
PÅ VÄG MOT DROGMISSBRUK

Marijuanaanvändare tar drogen i rekreationssyfte för ruset eller kicken den ger. Fortsatt användning leder till tolerans, vilket får dem att konsumera starkare marijuana, högpotenta dabs (cannabisextrakt) eller ätbara cannabisprodukter eller till och med testa starkare droger.

Marijuana i sig leder inte direkt till att en person tar andra droger, men de flesta missbrukare började med marijuana eller alkohol.

En studie visade att nästan hälften av alla som någon gång har använt marijuana går vidare till att använda andra droger. Nästan alla som har använt kokain eller heroin (95–97 procent) började med marijuana.

Folk tar droger för att fly från oönskade situationer eller känslor. Marijuana döljer dessa problem medan användaren är hög. Men när ruset försvinner kommer problemet eller det oönskade tillståndet eller situationen tillbaka mer intensivt än



tidigare. Detta kan leda till att användaren tar starkare droger när marijuana ”inte längre fungerar”.

Marijuanaanvändare samlas ofta i grupper på fester eller bara för att umgås och dela drogen med andra. När någon introducerar en ny drog för gruppen är det en del av gruppmentaliteten att uppmuntra andra att vara med och ta den nya och potentiellt beroendeframkallande drogen.

”Jag fick min första joint på skolgården. Jag är heroinmissbrukare nu och har precis avslutat min åttonde behandling för drogmissbruk.”
– Christian



BAKOM RÖKRIDÅN

Marijuanamissbruk är inte bara skadligt för användaren – det kan också bli en risk för samhället.

Forskning visar att marijuana kan orsaka problem i det dagliga livet. En studie visade att unga vuxna som regelbundet använder marijuana var 20 gånger mer benägna att använda andra illegala droger, fyra gånger mer benägna att vara stordrickare och sju gånger mer benägna att vara dagliga rökare.

Användare var också mindre än hälften så benägna som icke-användare att ha romantiska förhållanden.

En studie av postanställda visade att personalen som testade positivt för marijuana hade 55 procent fler olyckor, 85 procent fler skador och en 75-procentig ökning av frånvaron.

Marijuana kan skada en persons minne – med effekter som varar i dagar eller veckor efter att de omedelbara effekterna av drogen har försvunnit. I en studie ombads tunga



Läraren på skolan jag gick på rökte tre eller fyra jointar om dagen. Han fick många elever att börja röka, inklusive mig. Hans langare ville att jag sedan skulle börja använda heroin, vilket jag gjorde utan minsta motstånd. Vid det laget var det som om mitt samvete redan var dött.”
– Veronique



marijuanaanvändare att komma ihåg ord från en lista. Deras förmåga att komma ihåg orden återgick inte till det normala förrän upp till fyra veckor efter att de slutade röka.

Elever som använder marijuana har lägre betyg och är mindre benägna att komma in på universitet jämfört med icke-användare. De har inte samma förmåga att komma ihåg och organisera information.

VAD LANGARE SÄGER TILL DIG

Oavsett om det är lagligt eller olagligt är marijuana stora affärer, och målet är att tjäna massor av pengar.

När tonåringar tillfrågades om varför de började använda droger, svarade 55 procent att det berodde på grupptryck från deras vänner. Marijuanaindustrin och de som säljer drogen vill få det att verka som om det är ofarligt att använda marijuana, att det kommer att ”hjälpa dig”, är något som ”lyfter dig”, ”hjälper dig att passa in” eller ”gör dig cool”.

För att marijuanaindustrin ska blomstra behöver de kunder som är beroende, då majoriteten av deras vinster kommer från missbrukare, inte tillfälliga användare. Eftersom man är mer benägen att bli beroende om man börjar i unga år, riktar sig mycket av marknadsföringen av marijuana till unga människor som du.

Motiverade av vinsten kommer de att säga vad som helst för att få dig att köpa deras droger.

Langare bryr sig inte om drogerna förstör ditt liv så länge de får betalt. Det enda de bryr sig om är pengar.

Skaffa fakta om droger. Fatta dina egna beslut.

Sanningen om droger



Droger är i grunden gifter. Verkningarna beror på hur mycket man tar.

En liten mängd fungerar som ett stimulerande medel (ökar aktiviteten). En något större mängd verkar som ett lugnande medel (undertrycker aktiviteten). En ännu större mängd verkar som ett gift och kan döda.

Detta gäller alla droger. Den enda skillnaden är mängden som behövs för att uppnå avsedd effekt.

Men många droger har en annan negativ aspekt: de påverkar sinnet direkt. De kan förvränga användarens uppfattning av det som händer omkring honom eller henne. Som en följd av detta kan personens handlingar bli egendomliga, irrationella, opassande och till och med destruktiva.

Droger blockerar alla sinnesintryck, både önskvärda och oönskade. Så även om de ger tillfällig hjälp genom att lindra smärta, slår de ut förmåga och vakenhet och grumlar ens tänkande.

Mediciner är droger som är avsedda att påskynda, sakta ner eller förändra någonting i det sätt på vilket kroppen fungerar, för att försöka få den att fungera bättre. Ibland behövs de. Men det förändrar inte det faktum att de är droger: de fungerar som stimulerande eller lugnande medel, och alltför mycket kan döda en. Så om man inte använder mediciner så som det är meningen att de ska användas, kan de vara lika farliga som illegala droger.

VARFÖR TAR MAN DROGER?

Folk tar droger för att de vill förändra något i sitt liv.

Här är några skäl som unga människor har gett till att de tar droger:

- För att passa in
- För att fly verkligheten eller slappna av
- För att de är uttråkade
- För att verka vuxen
- För att göra uppror
- För att experimentera

De tror att droger är en lösning. Men till slut är det drogerna som blir problemet.

Även om det kan vara svårt att ta tag i sina problem, är följderna av droganvändning alltid värre än det problem som man försöker lösa genom att ta dem.

Den verkliga lösningen är att skaffa fakta och att aldrig börja ta droger.

Miljontals häften som detta har delats ut till människor över hela världen på mer än 20 språk.

Efterhand som man finner nya droger på gatorna och mer information om deras verkningar blir kända, uppdateras dessa häften och nya skapas.

Häftena publiceras av Stiftelsen för en Drogfri Värld (Foundation for a Drug-Free World), en ideell, allmännyttig organisation med huvudkontor i Los Angeles i Kalifornien.

Stiftelsen tillhandahåller undervisningsmaterial, rådgivning och samordning för dess internationella drogförebyggande nätverk. Den arbetar med ungdomar, föräldrar, lärare, utbildare, volontärorganisationer och myndigheter – alla som är intresserade av att hjälpa andra människor leva ett liv utan drogmissbruk.

REFERENSMATERIAL:

För att se referensmaterialet som använts för att sammanställa detta häfte, gå till NejTillDroger.se/refs.

FOTON: sidorna 20, 22: Alamy

FAKTA MAN MÅSTE KÄNNA TILL

Detta häfte ingår i en serie publikationer som ger fakta om marijuana, alkohol, fentanyl, syntetiska droger, ecstasy, kokain, crack-kokain, crystal meth och metamfetamin, inhalationsmedel, heroin, LSD och missbruk av receptbelagda medel. Rustad med denna information kan läsaren fatta ett beslut att leva ett liv utan droger.

För att göra gratis onlinekurser eller komma i kontakt med en Drogfri Värld-avdelning i ditt område, gå till NejTillDroger.se

Stiftelsen för en Drogfri Värld
NejTillDroger.se • info@drugfreeworld.org
(+1) 888 668 63 78 • (+1) 818 952 52 60

Scanna här för att ladda ner det här häftet

© 2025 Foundation for a Drug-Free World. Alla rättigheter förbehållna. Truth About Drugs och Stiftelsen för en Drogfri Värld-logon innehas av och används med tillstånd från Foundation for a Drug-Free World. #S001562 - SWEDISH