

Kannabiksen vaikutukset

Kannabis on hampukasvista (*Cannabis Sativa*) saatavien erilaisten valmisteiden (marihuana, hasis, kannabisöljy) yleisnimitys. Kannabiksen tärkein vaikuttava ainesosa on THC (delta-tetra-hydrokannabinoli). Kannabista käytetään yleisimmin vesi- tai tavallisessa piipussa tai sätkissä polttamalla tai sekoitettuna ruokaan tai juomaan. Kannabiksen vaikutukset alkavat nopeammin polttamalla kuin syömällä.

Akuutti päihtymystila

Ensimmäinen vaihe kestää noin 15 – 45 minuuttia kannabiksen käytön alusta. Käyttäjä huomaa tässä vaiheessa selviä fyysisiä oireita: sydämentykytystä, huimausta, yskää, paineen tuntua päässä, silmien, suun ja nielun kuivamista. Silmät saattavat alkaa punoittaa ja tulla valoaroiksi. Käyttäjä saattaa myös tuntea päihtymistuntemuksia: mieliala muuttuu ulospäinsuuntautuneeksi ja hilpeäksi, ajatuksenjuoksu vilkastuu. Kannabispäihtynyt saattaa tulla kikattavaksi ja puheliaaksi. Kannabista säännöllisesti käyttävillä akuutit päihtymisoireet voivat olla vähäisempiä.

Toinen vaihe kestää noin kolme tuntia (kannabista säännöllisesti käyttävillä vaihe kestää vain noin 1.5 tuntia). Toisessa vaiheessa tulee pääasiassa psyykkisiä oireita ja tuntemuksia:

- Ajatuksenjuoksu on vilkasta. Samalla olo on sisäänpäin kääntynyt: mielenkiinto ja huomio kohdistuvat omien tuntemusten tarkkailuun, ns. sisäisiin kokemuksiin.
- Mieli tuntuu kirkkaalta ja mielleyhtymiä syntyy runsaasti.
- Aistikokemukset herkistyvät ja voimistuvat: nähdyt värit tuntuvat voimakkailta, hajut ja tuoksut selvemmilta.
- Kyky erottaa yksityiskohtia kokonaisuudessa korostuu.
- Akuutin kannabispäihtymyksen alainen saattaa tässä vaiheessa istua musiikkia kuunnellen tai videofilmiä katsellen.
- Henkilö saattaa vain maata ja kokea elämyksiä: rauhaa, rentoutuneisuutta, sosiaalista yhteenkuuluvuutta, itsevarmuutta, itsetietoutta, positiivisuutta, luovuutta, ymmärrystä itseä ja elämää kohtaan.

Edellä kuvatut akuutit kannabisvaikutukset tekevät kannabiksen käyttämisestä miellyttävän kokemuksen. Tämän käyttäjä haluaa jatkossakin kokea uudelleen. Aisti- ja tunne-elämykset voimistuvat. Kaikki nähty ja koettu tunnetaan selvemmin, voimakkaammin ja tarkemmin.

Kun välittömät päihtymiskokemukset ovat näin intensiivisiä ja miellyttäviä, on ymmärrettävää, että pitkäaikaiseen kannabiksen käyttöön liittyvien kielteisten muutosten tunnistaminen ja hyväksyminen voi olla vaikeaa.

Alussa kannabista on ehkä käytetty akuuttien päihtymistuntemusten vuoksi. Käytön säännöllistyessä kannabista monesti käytetään, jotta olotila tuntuisi miellyttävän normaalilta ja hieman päihtyneeltä. Kannabis haittaa sellaisia ajatustoimintoja, joiden avulla arvioidaan tai kyseenalaistetaan tekemisiä ja muutetaan käyttäytymistä.

Pitkäaikaisen käytön vaikutukset

Kannabiksen pitkäaikainen käyttö heikentää kognitiivisia kykyjä, erityisesti verbaalista oppimiskykyä, muistia ja huomiokykyä. Yhteys on erityisen selvä, jos kannabiksen käytön on aloittanut nuorena. Jos kannabista käyttää polttamalla, ovat polttamisen pitkäaikaishaitat samankaltaisia kuin tupakalla.

Pitkäaikaiselle käytölle luonteenomaista on lisääntynyt ja pitkittänyt passiivisuus kannabiksen käyttökertojen välillä. Kun passiivisuus ja apaattisuus muuttuvat enemmän tai vähemmän hallitsevaksi olotilaksi, muuttuu akuutin päihtymystilan rooli uudenlaiseksi: kannabiksen käyttöä välittömästi seuraava tila alkaa tuntua palautumiselta "normaaliksi". Kannabiksen käytöstä on tällöin tullut kiinteä osa elämää.

Kannabiksen käyttäjä ei yleensä tässä vaiheessa ole tietoinen omasta passiivisuudestaan. Tullakseen toimintakykyiseksi on käyttäjän jälleen käytettävä kannabista. Kannabiksen käyttäjä ei kunnolla enää hyödynnä ajatuskapasiteettiaan.

Joskus nuorena elämä voi tuntua sekavalta. Kannabiksen käyttäminen voi tällöin tuntua auttavan. Kannabis saattaa antaa tunteen aikuisesta kypsyydestä ja rauhallisuudesta. Tarpeesta kokea kannabiksen tuoma rauhoittuminen ja rentous tulee kuitenkin noidankehä. Elämän sekavuus ja kannabiksen käytöstä aiheutuvat kielteiset tunteet pyrkivät aina uudelleen pintaan. Pakeneminen kannabiksen käyttöön saattaa tuntua korvaavan läheisyyttä, yhdessäoloa, henkistä

tukea ja tunteita, joita ihminen tarvitsee selvitäkseen ahdistuksensa kanssa.

Kannabinoidien poistuminen kehosta

Iso osa kannabiksen vaikuttavasta aineesta THC:sta varastoituu kehon rasvaan ja vapautuu sieltä hitaasti. Jos ainetta on käyttänyt runsaasti, THC voi säilyä kehossa parikin viikkoa. Rasvasta vapautuvat määrät ovat kuitenkin hyvin pieniä. Virtsatesteissä etsitään THC:n lisäksi sen hajoamistuotetta karboksitetrahydrokannabinolia (11-COOH-THC). Hajoamistuotteen puoliintumisaika vaihtelee. Satunnaiskäyttäjillä virtsanäyte voi olla positiivinen 1-3 päivää. Jos kannabista käyttää useita kertoja viikossa, voi testi olla positiivinen muutamia viikkoja käytön lopettamisen jälkeen.

link

Lähde verkko-osoite: <https://paihdelinkki.fi/fi/oma-apu/huumeet-ja-laakkeet/opas-kannabiksen-kayton-vahentamiseen-tai-lopettamiseen/kannabiksen-vaikutukset>