

# Khat

## Vad är det?

Khat (*catha edulis*) är en buskartad växt vars blad innehåller psykoaktiva substanser. De viktigaste är katinon och katin, som framför allt finns i unga blad av växten.<sup>[1] [2]</sup> Den berusande effekten av khat fås när man tuggar dess färskt blad. Tuggning är den vanligaste användningsmetoden.<sup>[1] [2] [3]</sup> Av torkade blad går det också att framställa te eller en pasta.<sup>[4]</sup> Det förekommer också att khat röks.<sup>[1] [2]</sup>

**Legal status:** Khat är i Finland narkotikaklassat. Användning, inköp, försäljning och innehav är förbjudet.<sup>[5] [6]</sup> Högsta domstolen har slagit fast att khat inte fyller kriterierna för synnerligen farligt narkotikum.<sup>[10]</sup>

**Utbredning och problemanvändning:** Khata används framför allt i Östafrika, och i synnerhet i Jemen.<sup>[7]</sup> I Europa är användningen av khat i stort sett begränsad till minoriteter med rötterna i dessa länder.<sup>[1] [4]</sup> På grund av ringa användning förekommer nästan ingen problemanvändning. Användningen av khat i Finland har knappast alls blivit föremål för forskning.

## Hur verkar det?

Liksom amfetamin och andra stimulantia verkar khat stimulerande. Substansen ökar i synnerhet utsöndringen av neurotransmittorerna dopamin och noradrenalin i hjärnan.<sup>[1] [3]</sup> Effekten av khat börjar kännas ungefär en timme efter att bladtuggandet har börjat.<sup>[1]</sup> Khatblad tuggas typiskt i flera timmar, tills de uppiggande verkningarna upphör.<sup>[2]</sup>

**Psykiska verkningar:** Önskade verkningar av khat är ökad vakenhet, spänning, gott humör, socialitet, talförhet och självsäkerhet.<sup>[1] [2] [7] [8]</sup> De negativt upplevda verkningarna sätter in ungefär två timmar efter tuggningen: till dem hör vanligen irritabilitet, humörkast och nedstämdhet.<sup>[2] [8]</sup>

**Fysiska verkningar:** Khat höjer hjärtfrekvens och blodtryck. Khat höjer också kroppstemperaturen, vilket ger svettning.<sup>[1] [2]</sup><sup>[4] [7]</sup> Till de fysiologiska verkningarna hör också muntorrhet, förstoppning, urineringsproblem och försvagad sexuell prestationsförmåga.<sup>[1] [2]</sup>

## Huvudsakliga risker

**Risker med riklig användning:** Ett rikligt och långvarigt bruk av khat är skadligt i synnerhet för hjärta och blodomlopp och för matspjälkningsorganen.<sup>[1]</sup> Khat kan ge bland annat hjärtklappning, rytmstörningar och högt blodtryck. I matspjälkningsorganen kan khat orsaka bland annat förstoppning och kronisk magkatarr.<sup>[2]</sup> Det finns också tecken på att khat orsakar muncancer.<sup>[1] [8]</sup> Orsakssammanhangen är inte helt klarlagda, för det finns föga systematisk forskning i hälsoskadorna av khat.<sup>[7]</sup>

**Akuta risker:** Eftersom mekanismen bakom verkningarna liknar den för amfetamin är användningen av khat förenad med höjd risk för psykos.<sup>[1] [3]</sup> Tilltagande paranoida tankegångar har rapporterats också om sådana khatbrukare som inte har psykiska sjukdomar i släkten.<sup>[8]</sup>

De berusande verkningarna av khat är jämförelsevis lindriga. Det finns föga data om allvarliga fall av förgiftning eller överdosering.<sup>[8]</sup>

**Beroende:** Khat anses inte vara ett starkt beroendeframkallande rusmedel.<sup>[3]</sup>

**Användning under graviditeten:** Barnen till mödrar som har använt khat under graviditeten är som nyfödda mindre än genomsnittet.<sup>[2] [9]</sup> Khat kan också orsaka prenatal död och försvaga mjölkutsöndringen.<sup>[9]</sup>

## Hur kan riskerna minimeras?

Skador av långvarigt khatbruk kan man undvika genom att använda substansen så sällan som möjligt.

Den som bland sina närmaste anhöriga har personer med menatala problem gör klokt i att undvika khat: användningen av khat är förenad med risk för psykotiska symptom, alldeles som andra stimulantia.

Olika människor reagerar mycket olika på samma rusmedel och doser. Detta ska man komma ihåg också i fråga om khat.

link

## Källor ►

Källa till webbadress: <https://paihdelinkki.fi/sv/databank/snabbinfo/khat>