

# LINDÅS FÖRÄLDRAR

It takes a village to raise a child

## Droginformation

Källa Göteborgs Stads Drogenhet

Vi har sammanställt de vanligaste drogerna ungdomarna använder i vårt närområde, samt tecken att leta efter för att identifiera ett eventuellt rus.

Skulle du misstänka något- eller diskutera droger med din ungdom, är det viktigt att försöka föra en saklig diskussion och visa att du bryr dig utan att vara dömande eller bli arg.

### Lustgas



Väldigt vanligt på fester. Lustgaspatroner avsedda för köksmaskiner, finns att köpa på välsorterade köksbutiker eller på nätet.

Används genom sifon direkt eller insprutat i ballong, har blivit ett populärt berusningsmedel bland partysugna ungdomar.

När lustgas används för till exempel bedövning sker det i utspädd form.

Men när lustgas inhaleras i ren form likt det ungdomarna gör, kan det vara livsfarligt.

Det handlar om att syremättnaden i blodet blir så låg att det fungerar lite som en kvävning med livet som insats. Hjärnan klarar bara några sekunder innan du blir medvetslös eller till och med dör. Förutom att vara smärtstillande ger gasen ett rusliknande tillstånd som varar alltifrån några sekunder till tio minuter.

### Dimor

Läkemedlet Dimor, som används mot diarrébesvär och är receptfritt på apotek, innehåller ämnet loperamid som i högre doser kan ge euforiska effekter och berusning. En överdosering kan leda till hjärtproblem och i värsta fall döden. Många apotek har börjat att ha tablettorna bakom disken så att man behöver fråga efter läkemedlet.

## Cannabis

Cannabis är namnet på en grupp hampväxter som hasch och marijuana kommer ifrån. Växterna innehåller ämnet THC (tetrahydrocannabinol) som ger upphov till ruset. Oftast röks det i speciella pipor eller handrullade cigaretter. Flera olika produkter kan framställas ur växten:

HASCH är kåda som avsöndras från växtens blomma. Kådan tas tillvara och pressas till kakor. Hasch säljs i småbitar och färgen varierar från ljus brunt till nästan svart.

MARIJUANA är växtens torkade blomställningar och toppskott, ibland också blad och delar av stammen. Den liknar torkat hackat gräs eller örtekryddor.

Hur ruset verkar beror på många olika faktorer. Tas drogen blandad eller oblandad, dricks den, sväljs den eller inhaleras den som rök? Ruset inträder snabbast om cannabis röks. Det allvarliga med drogen är att du kan bli beroende av att bara ha testat en gång. Säljs ofta i små ziplockpåsar. Hittar du detta eller rizzlapapper (för egenrullade cigaretter), kan det vara ett varningstecken.



### Ruset delas in i tre stadier:

1. Det euforiska stadiet, ett tillstånd av välbefinnande.
2. Hallucinationsstadiet.
3. Det långa, djupa ruset där medvetandet stundtals flyr.

I det sista stadiet kan det själlösa tillstånd som kallas katalepsi infinna sig. En kataleptisk person kan inte göra egna aktiva rörelser, men andra kan vända och vrida på honom som en ledad docka. Kroppen kan under en längre tid inta de mest obekväma ställningar, alla smärtekänslor är bortkopplade. Fenomenet utnyttjas av de indiska fakirerna.

Någon garanti för att haschruset alltigenom skall bli angenämt och roande erbjuds

emellertid inte. Exempel finns på motsatsen: skräckupplevelser under vilka "hascharen" intensivt längtar efter att ruset skall släppa.

Cannabis räknas till hallucinogenerna. Det är kemiskt besläktat med peyotl och lysergsyrediamid (LSD).

#### Effekter på kort sikt

Inom två till fyra minuter efter drogens intagande kommer känslan av att vara "hög". Ruset kan vara mellan två och fyra timmar, beroende på drogens styrka och den intagna mängden.

De första 30-45 minuterna känner man sig aktiv i tanken och är utåtriktad. Det gör att den påtände känner sig smartare och kan lösa olika problem. I verkligheten är hela nivån sänkt och smartheten kommer aldrig upp till den nyktra nivån.

Oron för framtiden försvinner och man känner sig oberoende och fri från föräldrar, skola, myndigheter och jobb. Rökaren upplever att hans sinnen skärps, färger blir starkare och musikupplevelser blir intensivare. Omotiverade skrattattacker kan förekomma.

Den cannabisrökande går in i sig själv och omvärlden betyder mindre för honom. Ruset kan ge upphov till en kraftig ångest, som kan övergå till panikillstånd. Ruset kan också utlösa latent psykos hos psykiskt sköra individer.

De kroppsliga tecknen på ett cannabisrus kan vara: ökad puls, ögonvitorna blir röda, blicken blir matt och trött eller skarp och blank, ansiktet blir rödflammigt, torrhet i mun och hals - därför hostar rökaren och dricker mycket vätska, man kan ofta känna sig hungrig eller sugen på sötsaker.

Vid höga doser har cannabis liknande effekter som LSD och andra hallucinogena droger. Man kan tvivla på att man existerar. Störningar av syn och hörsel är vanliga och föremål tycks ändra form och storlek. Man ser och hör saker som inte finns. Detta förvirringstillstånd kan vara mycket skrämmande och ge upphov till panikattacker eller en psykos med vanföreställningar. Denna psykos, som kräver läkarvård, är i regel kortvarig.

Akuta rus kräver vanligtvis ingen särskild behandling, men i svårare fall behöver man kontrollera att andningsvägarna är fria och att cirkulationen fungerar (puls).

#### Effekter på lång sikt

När ruset av cannabis försvunnit finns det fortfarande THC kvar i kroppen. Det är fettlösligt och lagras i kroppens fettvävnader där det långsamt utsöndras. På så sätt påverkas nervsystemet under lång tid, cirka fyra veckor efter ett rus. Detta är en förklaring till de så kallade återtripparna, ruseffekter som kan återkomma oväntat flera veckor efter att man rökt cannabis. Återtripparna kan upplevas skrämmande och är en fara i till exempel trafiken.

Cannabisrökning påverkar den psykiska mognaden hos ungdomar. Effekterna på känslolivet rubbar den nödvändiga frigörelsen och tonåringen utvecklas inte normalt. Denna störning anses långt farligare än kroppsliga skador.

Cannabis försämrar närminnet och förmågan till logiskt tänkande. De som i årtal har missbrukat cannabis blir avtrubbade och passiva, får svårt att lära sig nya saker och att arbeta koncentrerat.

Den allvarligaste psykiska skadan är haschpsykos. Missbrukaren insjuknar ofta dramatiskt, med växlande sinnesstämningar, vanföreställningar, oro och aggressivitet. Den som tidigt i livet rökt stora mängder cannabis löper ökad risk att insjukna i schizofreni.

Hormonbalansen kan påverkas både hos män och kvinnor. Hos ungdomar kan detta hindra att kroppen utvecklas normalt. Hos högkonsumenter avtar produktionen av det manliga könshormonet testostreon och den sexuella lusten dämpas. Mannens spermier kan minska i antal, få sämre rörlighet och fler än normalt kan vara defekta. Mannens bröst kan börja likna kvinnobröst. Hos kvinnor kan de hormoner som styr ägglossningen förändras. Menstruationscykeln kan rubbas, vilket kan påverka chansen att bli gravid.

Cannabisrökaren löper ökad risk för att få lungcancer, kronisk bronkit och andra lungsjukdomar. Cannabis innehåller minst 50 procent mer tjära än vanlig tobak.

### Dödlighet och Cannabis

Det finns inga vetenskapliga rapporter som berättar om dödlighet i samband med överdos av cannabis. Däremot finns cannabis med indirekt, som förorsakande av död, inte minst i trafikolyckor. Vissa missbrukare av cannabis använder olika kombinationer av droger, och då har följden ibland blivit att de avlidit av en överdos. Självmord är inte heller ovanliga.

Professor Jovan Rajs vid rättsmedicinska institutionen i Stockholm har arbetat som rättsläkare i mer än 30 år och han är en av de svenska forskare som varnar för haschbruk. Jovan Rajs har en unik erfarenhet genom obduktioner av döda narkomaner. Tillsammans med psykologen Anna Fugelstad redovisar han en undersökning av 52 haschmissbrukare som dött i Stockholm och obducerats på rättsmedicinska institutionen vid Karolinskainstitutionen i Stockholm.

Resultatet visar att haschare mycket sällan dör en "normal" död. Påfallande många blir antingen dödade (eller mördar själva). De begår självmord eller utvidgat självmord, vilket innebär att en person först dödar någon eller några nära anhöriga innan de tar sitt eget liv.

### Tolerans och beroende

Toleransen utvecklas när cannabisrökaren behöver mer och mer för att uppnå den önskade psykoaktiva effekten av cannabis, man behöver högre doser för samma effekt.

Längre tids intensivt missbruk av cannabis leder till en sänkning av den andliga och kroppsliga inklusive den sexuella prestationsförmågan. Efter ett tag blir haschrökaren helt ointresserad av sex.

Parallellerna med alkoholmissbruk är många, och detta gäller även en nedsatt motståndskraft mot sjukdomar. Beroendet blir dock av en lägre dignitet, något som

sammanhänger med att haschruset inte följs av någon "baksmälla". Cannabisberoendet är till och med mindre än tobaksberoendet. Den som blivit fast för tobak kan kedjeröka både 20 och 40 cigaretter eller ännu mera, medans den som är fast i marijuanabruk röker sex till tio cigaretter - men inte flera. En fattig man som använder både cannabis och tobak använder sina sista slantar till inköp av - tobak.

Men detta lyckosamma förhållande gäller endast för oblandad vara...

### Abstinensen

När man slutar att röka cannabis börjar abstinensen komma efter ett par dagar. Då kommer ångesten fram. Efter tre, fyra dagar börjar man drömma intensivt sedan följer muskelvärk och snuva.

Abstinensen är långvarig på grund av cannabinolernas långa halveringstid, en vecka efter sista dosen finns minst hälften av THC:n kvar i kroppen. Cannabis utsöndras under flera veckor i urinet och kan därför påvisas av urinprov många veckor efter det sista ruset.

Utmärkande för abstinensen är:

- Starkt haschsug
- Tröga tankar
- Svårt att hitta - dåligt lokalsinne
- Tappar lätt tråden - vad var det du frågade?
- Omgivningen förstår inte ordflödet
- Alla känslor som man bedövat med cannabisen kommer fram

Eftersom cannabis lagras upp i fettet går det inte att trappa ned dosen. Varje ny pipa ökar på THC-halten i kroppens fettvävnader och gör att det kroniska ruset blir kvar. Alkohol däremot är vattenlösligt och går att trappa ner. Enda möjligheten att bli av med det kroniska ruset är att helt sluta röka cannabis

Bra tips om du misstänker att din ungdom använder någon drog, eller hur du kan prata med denne, finns att läsa i Tonårspalören <https://www.iq.se/tonarsparloren/>

I Göteborg finns även MiniMaria, där man som både ungdom och förälder kan få hjälp och ställa frågor – helt anonymt. <https://minimaria.se>

Det viktigaste av allt, visa att du bryr dig om din ungdom och våga sätt gränser. Undersökningar (tex Drogvaneundersökningen) visar tydlig skillnad i droganvändande hos ungdomar som har föräldrar som bryr sig vs de som inte sätter gränser.

// Styrelsen i Lindås Föräldrar