

SVESKA 22



**TIM ZA BORBU PROTIV
DROGE, ALKOHOLA I PUŠENJA
OPŠTINE NOVI GRAD**

Edina Selimović - Džano, MA iur., dipl. socijalni pedagog



MARIHUANA

Eldina Selimović-Džano, MA iur., dipl. socijalni pedagog

MARIHUANA

Marihuana (*cannabis sativa*) je najrasprostranjenija i najviše zloupotrebljavana droga u našoj zemlji i svijetu, posebno među adolescentima i mladim ljudima. Marihuana ima dugu historiju upotrebe. Plečko (1997) navodi da je marihuana biljka koja je u upotrebi već 8.500 godina, a njene „čari“ poznavali su mnogi drevni narodi. Opjevana je u mnogim starim spisima, a kao prvi pisani zapis o marihuani navodi se herbarij kineskog cara Šen Nunga. Na području Indije, prve zapise o marihuani nalazimo u Vedama, a njegovu upotrebu prakticirali su i narodi na području Asirije, Palestine i Babilonije. Također, sastruganu smolu s biljke, hašiš, istraživači su pronašli i na potonulom kartaškom brodu iz vremena Punskih ratova. Hašiš se u Rimskom Carstvu spominje u kontekstu sredstva za poticanje dobrog raspoloženja. U Indiji, njena upotreba je prvobitno postojala u te svrhe, ali se ona toliko raširila i popularizirala tako da se ova biljka već dugo na tim prostorima koristi svakodnevno. I danas je konzumacija marihuane popularna. Prema Europskom izvještaju o drogama za 2019. godinu se navodi da je u Europskoj uniji 91,2 miliona odraslih (u dobi od 15 do 64 godine), odnosno 27,4 % te dobne skupine, u nekom trenutku života probalo marihuanu. Procjenjuje se da je među njima oko 17,5 miliona mlađih odraslih osoba (u dobi od 15 do 34 godine) ili 14,4 % te dobne skupine tokom prethodne godine konzumiralo marihuanu.



Marihuana je zelena, smeđa ili siva mješavina suhog i sjeckanog lišća, stabljike, sjemenki i cvijeća konoplje. Hašiš je smolasti proizvod marihuane. Jedan od proizvoda biljke je i kanabiolovo ulje, koje je nekoliko puta intezivnijeg dejstva od marihuane i hašiša. Supstance odgovorne za psihoaktivne efekte marihuane i njenih produkata nazivaju se kanabinoidi. Njih ima nekoliko vrsta. Glavna aktivna supstanca u marihuani je THC (delta-9-tetrahydrocannabinol) sa najvećom koncentracijom u smoli biljke. Od količine THC-a u marihuani zavise i njeni efekti. Marihuana prosječno sadrži od 0,5-5% psihoaktivne supstance. Hašiš sadrži oko 10-15%, a procenat aktivne supstance u kanabiolovom ulju se kreće i do 50%. Marihuana, osušena i isječena, liči na začin origano, a kod nas se koristi u vidu specijalno pripremljenih cigareta (žargonski joint), a može i da se mješa sa duhanom. U organizam se unosi pušenjem, a može da se unosi i pomoću lule, ili specijalnih naprava-nargila. Dim marihuane ima snažan, oštar miris, sličan mirisu zapljene suhe trave ili konopca koji gori. Tragovi THC - a se mogu otkriti standardnim testiranjem urina nekoliko dana nakon pušenja.

Kratkoročni efekti konzumiranja marihuane uključuju:

1. probleme s pamćenjem i učenjem;
2. iskrivljenu percepciju (vremena, prostora, zvuka, dodira);
3. otežano razmišljanje i rješavanje problema;
4. lošu koordinaciju;
5. ubrzano lupanje srca
6. tjeskobu.

Dugoročni efekti konzumiranja marihuane

Istraživanja su do sada pokazala da stalna upotreba marihuane ili THC - a može biti uzrokom nekih vrsta raka, problema sa respiratornim, imunološkim i reproduktivnim sistemom.

Povezanost marihuane s drugim vrstama droga

Većina istraživanja provedena nad srednjoškolcima pokazala su da je neznatan broj osoba koje su koristile druge droge, a da prvo bitno nisu počeli sa marihanom. U literaturi se navodi da oni koji su probali marihanu imaju 104 puta veću šansu da probaju kokain, nego oni koji to nikad nisu učinili. Mladi koji konzumiraju marihanu u stalnom su kontaktu s drugim korisnicima ili dilerima što povećava vjerovatnoću da će na taj način doći u dodir i s drugim vrstama droga. Znanstvenici su zapazili da se kod dugoročnih korisnika marihuane stvaraju promjene u mozgu koje mogu dovesti do ovisnosti o drugim drogama, kao što su alkohol ili kokain.

Kako prepoznati da je osoba pod uticajem marihuane?

Simptomi koji ukazuju da je osoba pod uticajem marihuane su:

1. Osoba izgleda kao da ima vrtoglavicu i teško hoda;
2. Osoba izgleda blesavo i smije se bez razloga;
3. Ima crvene, zakrvavljene oči;
4. Teško pamti stvari koje su se upravo dogodile.

Ponašanje nakon konzumiranje marihuane

Nekoliko minuta nakon udisanja dima marihuane, korisniku će se osušiti usta, srce će mu ubrzano lupati, loše će se koordinirati, izgubiti će osjećaj ravnoteže, te će mu vrijeme sporije prolaziti. Proširiti će mu se krvni sudovi u očima, pa će mu oči biti crvene. Kod nekih ljudi, marihana neznatno diže krvni tlak i može udvostručiti brzinu otkucaja srca. Ovi efekti mogu biti još izraženiji kada se marihana miješa sa ostalim drogama. Kad ovi efekti isčešnu, obično nakon 2 - 3 sata, korisnik može biti pospan.

Da li marihuana može utjecati na svakodnevne aktivnosti?

Marihuana utiče na pamćenje, rasuđivanje i percepцију. Kod mlade osobe, marihuana može pokvariti uspjeh u školi, sportu ili kontaktu s prijateljima. Zbog konzumacije marihuane osoba se često može dovesti u nezgodnu situaciju ili se čak povrijediti. Ako često uzima marihanu može izgubiti interes za svoj izgled, kao i interes za školu ili posao. Osjećaj za vrijeme, pokreti i koordinacija se mijenjaju pod utjecajem THC-a.

Štetne posljedice marihuane

Marihuana može biti štetna, kako u trenutku uzimanja, tako i tokom dužeg vremena konzumiranja. Marihuana otežava kratkoročnu memoriju (pamćenje nedavnih događaja), osoba može imati problema prilikom obavljanja komplikiranih zadataka. Ukoliko se uzima jača marihuana, može imati teškoća i prilikom savladavanja jednostavnijih zadataka. Zbog utjecaja marihuane na opažanje i gubljenje osjećaja za vrijeme tokom upravljanja vozilom česte su i saobraćajne nesreće. Također, mladi često mogu ući u riskantne seksualne odnose, tako da postoji veza između zloupotrebe droga i nezaštićenog seksa, koji dovodi do širenja HIV virusa, uzročnika SIDE. Pod utjecajem marihuane, učenici često imaju problema u školi,

a sportaši imaju slabe rezultate u sportskim aktivnostima jer su osjećaj za vrijeme, pokreti i koordinacija poremećeni utjecajem THC-a.

Istine i zablude o marihuani

1. Mit: Legalizacija marihuane neće povećati njenu upotrebu.

Istina je suprotna. Legalizacija dovodi do povećane upotrebe droga, zato jer većina ljudi nastoji raditi ono što je dozvoljeno.

2. Mit: Pušenje marihuane nije opasno.

Štetno djelovanje marihuane općenito je dobro poznato, dokumentirano i potvrđeno pravilima „medicine zasnovane na dokazima“ ("evidence based medicine"). S druge strane pušenje bilo čega je potencijalno opasno jer nosi rizik za disajne organe. Marihuana u poređenju s cigaretaima ima do 70% više kancerogena. Pušači marihuane konzumiraju manji broj cigareta, ali zato udišu dublje i duže, a udahnuti dim zadržavaju duže u plućima. To je razlog zašto je u eksperimentima dokazana četiri do pet puta veća količina katrana i apsorpcija ugljiko monoksida kod pušenja marihuane nego kod pušenja cigareta. Dokazano je štetno djelovanje na pogoršanje respiratornih simptoma i češći razvoj hroničnog bronhitisa kod osoba koje dugo konzumiraju marihanu.



3. Mit: Niko nije umro od marihuane.

Marihuana ima snažno štetno djelovanje na sposobnosti i vještine potrebne za sigurnu vožnju (npr. budnost, sposobnost koncentracije, koordinacija pokreta, brzina reakcije, procjena udaljenosti itd.), a štetno djelovanje traje i do 24 sata nakon konzumiranja. Kako ošteće ravnotežu i koordinaciju, kratkotrajno pamćenje i pažnju uz smanjeno kritičko rasuđivanje povećava vjerojatnost rizičnog ponašanja i statistički značajno povećava rizik za saobraćajne nesreće.

4. Mit: Marihuana ne stvara ovisnost



„Marihuana ne stvara ovisnost“ još je jedan od mitova ili zabluda u koje mnogi mladi vjeruju. U jednom istraživanju, među 200 korisnika marihuane, 76% je zadovoljilo kriterije dijagnoze ovisnosti uključujući i apstinencijsku krizu. Simptomi apstinencijske krize su bili sljedeći: gubitak apetita, neodređen strah-anksioznost, depresija, nemir, iritabilnost, drhtanje, ozbiljna nesanica, znojenje, pojačani duboki tetivni refleksi,

poremećaj raspoloženja. Kako simptomi nisu tako izraženi kao kod opijata i kako su mnogi konzumenti koji učestalo konzumiraju, već od prije imali nekih psihičkih simptoma, u nemogućnosti razlikovanja simptoma krize od simptoma psihičkih poteškoća zbog kojih su i počeli s konzumiranjem, nastavljaju konzumirati marihanu vjerujući da će se osjećati bolje. 97% ovisnika je izjavilo da su nastavili uzimati marihanu i nakon što su shvatili da je to problem, jer više nisu mogli prestati s uzimanjem. Trebala im je da bi „normalno“ funkcionali.

ČINJENICE KOJE RODITELJI TREBAJU ZNATI



Kako prepoznati da moje dijete konzumira marihuanu?

Marihuana se uglavnom prodaje u malim paketićima od najlona u kojima roditelj može vidjeti zelenkastu biljnu tvar relativno ugodnoga mirisa. Ozbilnjijim posmatranjem moguće je uočiti razliku između djelovanja alkohola i marihuane kod mlađi. Marihuana uzrokuje nešto drukčiji poremećaj ponašanja. Kod osobe se ne osjeća miris na alkohol (ukoliko se uz "travu" nije konzumiralo i piće). Roditelj, ukoliko mu sin ili kći puše drogu u stanu, može osjetiti neki čudan miris dima koji je drukčiji od mirisa duhanskoga dima. Za razliku od alkohola marihuana ne izaziva teži poremećaj koordinacije kretanja, teškoće u govoru (ffljanje) i pospanost (u prvoj fazi djelovanja). Međutim, ženice su proširene, oči mogu biti zacrvenjene, osoba je prvi sat od konzumacija neuobičajeno opuštena, brbljiva, često se nekontrolirano smije i vrlo brzo asocira. Nešto kasnije može djelovati i zatupljeno. Ako "napušeni" tinejdžer noću dođe kući, obično nije bučan, ali traži hranu (osobito slatko) i nakon toga mirno spava (Sakoman, 2009).

Roditelji trebaju obratiti pažnju i na druge znakove: povlačenje u sebe, depresiju, premorenost, bezobzirnost, neprijateljstvo i pogoršanje odnosa sa članovima porodice i prijateljima. Promjene u školi, povećano izostajanje i lijenost, nezainteresiranost za sport ili druge omiljene aktivnosti, promjene navika jedenja i spavanja, mogu biti povezane sa upotreborom droga. Ipak, ovi znakovi mogu ukazivati i na probleme koji nisu izazvani upotreborom droga. Ponekad je važno uočiti i druge znakove koji upućuju na konzumiranje droge: tragovi droge i pribora za drogiranje (lule i rizle), miris spaljene trave na odjeći i u spavaćoj sobi, pretjerano korištenje osvježivača zraka, česta kupovina i uzimanje kapi za oči, odjeću, postere, nakit i sl. stvari koje se usko vezane za uzimanje droga.

LITERATURA

1. Evropsko izvješće o drogama, *Trendovi i razvoj*, EMCDDA, 2019, dostupno: http://www.emcdda.europa.eu/system/files/publications/11364/20191724_TDAT1900_IHRN_PDF.pdf
2. Mratović, M. (2017) *Istine i zablude o marihuani*, dostupno na: <https://www.zzjzdnz.hr/hr/zdravlje/mentalno-zdravlje/266>
3. Paučić-Kirinčić, E. (2003) *Znaci i simptomi korištenja sredstava ovisnosti*, Paediatrica Croatica. Supplement. - 47 (1).
4. Plečko, D. (1997) *Droge: bić novog doba*, Samobor: K-2.
5. Polen, M.R.; Sidney, S.; Tekawa, I.S.; Sadler, M.; and Friedman (1993) *Health care use by frequent marijuana smokers who do not smoke tobacco*. 158(6).
6. Sakoman, S. (2009) *Školski programi prevencije ovisnosti*, Zagreb: Agencija za odgoj i obrazovanje.