

MARIHUANA



H&S
Hard and Smart
Safer party improvement

Marihuana (a další konopné látky)

Marihuana obsahuje celou řadu účinných látek, z nichž nejznámější je delta-9-tetrahydrokanabinol (THC) a kanabidiol (CBD). Obsah těchto látek a tedy i síla a charakter účinků se může výrazně lišit u každého vzorku.

Účinky:

Nástup účinků závisí na způsobu užití. Při kouření se dostávají téměř okamžitě a trvají zhruba 1–2 hodiny. Při užití v jídle nebo pití se dostávají za delší dobu (až 2 hodiny) a mohou trvat až 3–4 hodiny.

Typicky po užití bývá sucho v ústech, zarudlé oči, může se objevit pocit bušení srdce, mohou se vyskytnout pocity na zvracení či závrať.

Účinky mohou být velmi různé, nejčastěji se vyskytuje euforie, pocit vnitřní blaženosti, změna vnímání času, zvýšená chuť k jídlu. Mohou se však objevit i stavy naprosto odlišné, nejčastěji únava, zhoršená schopnost koncentrace, problémy s pamětí, strach, úzkost až paranoia, deprese.

Při vysokých dávkách a u silné marihuany může docházet ke změnám vnímání, výraznému snížení psychického a fyzického výkonu, psychickým potížím, výjimečně k halucinacím.

Charakter účinku závisí také na fyzickém a psychickém vyladění a na situaci a okolnostech při užití (viz set a setting).

Rizika:

V souvislosti s nejčastějším způsobem užívání marihuany, tedy kouřením, hrozí onemocnění dýchací soustavy včetně astmatu a bronchitidy či až rakoviny plic.

Marihuana v průběhu trvání účinků zvyšuje tep a krevní tlak. V tomto ohledu je riziková u lidí s problémy se srdcem a krevním oběhem.

Při frekventované konzumaci může docházet ke zhoršení krátkodobé paměti, pozornosti či motivace, ty by se při abstinenci měly vrátit do normálu.

Především při pravidelném užívání je možný vznik psychické závislosti.

Užívání marihuany také zvyšuje riziko propuknutí psychických onemocnění u lidí, kteří k nim mají předpoklady.

Bezpečnější užití:

✳ Užití marihuany v jídle či pití je jeden z nejméně škodlivých způsobů užití. Dej si však pozor na obtížné odhadnutí dávkování a delší dobu nástupu účinků. Snadno do sebe můžeš dostat větší množství látky, než jsi zamýšlel.

✳ Zkus méně škodlivé způsoby užití než je kouření. Vhodnou alternativou kouření je vaporizace, při které se zahřívá rostlinný materiál na teplotu, kdy nedochází k nebezpečnému spalování.

✳ Pokud kouříš, používej filtry. Běžně používané filtry z tvrdého papíru nemohou zadržet spalné škodliviny, vhodnější je použití cigaretových nebo speciálních filtrů. Použití těchto filtrů zároveň nemá zásadní vliv na účinky marihuany jako takové.

✳ Zjišťuj si specifika marihuany, kterou užíváš. Jednotlivé typy se mohou velmi lišit v charakteru účinku, síle a obsahu jednotlivých účinných látek. Dej si pozor na vysoce THC potentní odrůdy s nízkým nebo žádným obsahem CBD (kanabidiol). CBD totiž brzdí či zjemňuje psychotické účinky THC.

✳ Nekombinuj marihuanu s jinými látkami ani léky, účinky mohou být nevyzpytatelné.