

ΚΑΝΝΑΒΗ ΚΑΙ ΨΥΧΙΚΗ ΝΟΣΟΣ

ΙΣΤΟΡΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

Κάναβη είναι ο κοινόχρηστος όρος που αναφέρεται στα διάφορα ψυχοδραστικά σκευάσματα (φύλλα μαριχουάνας, χασίς και χασισέλαιο) του φυτού της κάνναβης. Η κάνναβη είναι ένα θαμνώδες φυτό που διακρίνεται για τη μεγάλη του ικανότητα προσαρμογής σε διαφορετικές κλιματολογικές συνθήκες.

Το γένος της κάνναβης ανήκει στην οικογένεια των κανναβοειδών (Cannabaceae) και περιλαμβάνει διάφορα είδη. Τα δυο συνηθέστερα είναι :

- 1) **Η ήμερη κάνναβη** (*Cannabis sativa*)
- 2) **Η ινδική κάνναβη** (*Cannabis indica*)

Τα είδη της κάνναβης, αν και μοιάζουν μορφολογικά μεταξύ τους, παρουσιάζουν και σημαντικές διαφορές με κυριότερη την περιεκτικότητα του κάθε είδους, σε ορισμένες δραστικές ουσίες, όπως είναι η τετραϋδροκανναβινόλη (THC) – η ψυχοδραστική ουσία της κάνναβης.

Η **ινδική κάνναβη** (*Cannabis indica*) περιέχει λίγη έως πολύ τετραϋδροκανναβινόλη, ανάλογα την ποικιλία, και χρησιμοποιείται κυρίως ως θεραπευτικό και, παράνομα, ως ευφορικό μέσο. Από την ινδική κάνναβη παρασκευάζεται και το γνωστό χασίς (η αποξηραμένη ρητίνη του φυτού), καθώς και φάρμακα για ορισμένες ασθένειες, όπως γλαύκωμα, σκλήρυνση κατά πλάκας, νευρική ανορεξία, κάποιες μορφές καρκίνου, AIDS, κ.λπ. Η καλλιέργεια της ινδικής κάνναβης απαγορεύεται στις περισσότερες χώρες.

Η **ήμερη κάνναβη** (*Cannabis sativa*) περιέχει ελάχιστη έως καθόλου τετραϋδροκανναβινόλη. Στο παρελθόν και μέχρι το 1883, είχε μεγάλη οικονομική αξία και βρήκε πλήθος βιομηχανικών εφαρμογών. Χρησιμοποιείτο κυρίως για την κατασκευή σχοινιών, υφασμάτων, τροφίμων και χαρτιού, αλλά και ως καύσιμη ύλη, μονωτικό υλικό, προσθετικό σε χρώματα και πλαστικά, ως δομικό υλικό, κ.λπ.

Γενικότερα, η κάνναβη ήταν γνωστή στον άνθρωπο από το 8000 π.Χ. και έχει χρησιμοποιηθεί για διατροφή και ένδυση, για παραγωγή ενέργειας, για θεραπευτικούς σκοπούς, αλλά και ως ευφορικό μέσο. Πατρίδα της θεωρείται η κεντρική Ασία απ' όπου και εξαπλώθηκε σε όλο τον κόσμο.

Η απαγόρευση της κάνναβης άρχισε στις ΗΠΑ το 1937 και ίσχυσε πολύ γρήγορα σε όλο σχεδόν τον κόσμο.

ΑΜΕΣΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ-ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΣΤΟΝ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ.

Τα αποτελέσματα της χρήσης κάνναβης στη συμπεριφορά του άτομου ποικίλλει ανάλογα με τη δοσολογία, τον τρόπο χορήγησης, το περιβάλλον, την εμπειρία, τις προσδοκίες του ατόμου και την ατομική ευαισθησία έναντι ορισμένων ψυχοτοξικών δράσεων (π.χ. παραισθήσεις και παράνοια).

Συνήθως, παρατηρείται ένα έντονο αίσθημα ευεξίας και ευφορίας, το οποίο συνοδεύεται από χαλάρωση και υπνηλία. Όταν η χρήση γίνεται ομαδικά, η υπνηλία είναι λιγότερο έντονη.

Πολλές φορές όμως, η χρήση συνοδεύεται και από **αρνητικά συναισθήματα**. Η ικανότητα του ατόμου να επιτελέσει ενέργειες, που απαιτούν σύνθετη σκέψη, μειώνεται. Η ισορροπία του σώματος μπορεί να επηρεαστεί ακόμα και με χαμηλές δόσεις, ενώ παρατηρείται **ελάττωση της μυϊκής δύναμης και της σταθερότητας των άνω άκρων**. Το άτομο που καπνίζει μαριχουάνα παρουσιάζει αυξημένη όρεξη και ξηροστομία, ενώ οι αισθήσεις της αφής, της όσφρησης και της γεύσης, ενισχύονται.

Σε **μεγαλύτερες δόσεις**, ο χρήστης μπορεί να παρουσιάσει **παραισθήσεις και παρανοειδή αισθήματα, αλλοίωση της αντίληψης, σύγχυση και αποδιοργάνωση της σκέψης**. Την ευφορία αντικαθιστά η ανησυχία, που φτάνει τα όρια του **πανικού**. Μια τέτοια αντίδραση μπορεί να εκδηλωθεί αιφνιδίως ή μετά από μακροχρόνια χρήση.

ΜΑΚΡΟΠΡΟΘΕΣΜΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ-ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΣΤΟΝ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ.

Διάφορες μελέτες δείχνουν ότι **η συστηματική και χρόνια χρήση της κάνναβης επιδρά σε διάφορες εγκεφαλικές λειτουργίες**, καθώς δημιουργεί παρόμοιες μεταβολές με αυτές της χρήσης ηρωίνης, κοκαΐνης και οινόπνευματος. Χρόνιοι χρήστες παρουσιάζουν απάθεια, αποχαύνωση, εξασθένηση της κρίσης, της συγκέντρωσης, της μνήμης και της αντίληψης, μείωση των αντανakλαστικών, διαταραχή στην αντίληψη του χρόνου και διαταραχή στην προσοχή. Επίσης, παρατηρείται απώλεια κάθε ενδιαφέροντος για την εμφάνισή τους και την κάλυψη τυπικών καθημερινών αναγκών. Το φαινόμενο αυτό είναι γνωστό ως «σύνδρομο έλλειψης κινήτρων».

Η χρήση κάνναβης, σίγουρα αποτελεί έναν μόνο από τους παράγοντες εμφάνισης του φαινομένου αυτού και είναι δύσκολο να προσδιοριστεί η ευθύνη της ουσίας σε κάθε περίπτωση. Όμως, έρευνες έχουν δείξει ότι **η διακοπή της οδηγεί σε σταδιακή βελτίωση**.

Μελέτες δείχνουν ότι η χρήση μαριχουάνας/χασίς **επιδρά και στο καρδιαγγειακό σύστημα του ανθρώπου**, προκαλώντας ακανόνιστες μεταβολές στον καρδιακό ρυθμό και στην αρτηριακή συστολική πίεση. Επίσης, **η κάνναβη έχει σχετιστεί με κάποια είδη καρκίνου**. Έχει αποδειχθεί, από έρευνες, πως **κάποιοι που κάνει 5 τσιγάρα μαριχουάνα/χασίς την εβδομάδα προσλαμβάνει τόσα καρκινογόνα χημικά συστατικά, όσα κάποιοι που καπνίζει 20 τσιγάρα καπνού την ημέρα**.

Διαταραχές παρατηρούνται και στο αναπνευστικό σύστημα, με τη μορφή της βρογχίτιδας και του άσθματος.

Μελέτες σε ζώα έχουν δείξει πως η χρήση της κάνναβης καταστρέφει κύτταρα και ιστούς που σχετίζονται με την άμυνα του οργανισμού απέναντι στις διάφορες ασθένειες, καθιστώντας τους χρήστες πιο ευάλωτους στις λοιμώξεις.

Τέλος, η απουσία ωορρηξίας, έχει επίσης συνδεθεί με τη λήψη της ουσίας.

ΚΑΝΝΑΒΗ ΚΑΙ ΕΞΑΡΤΗΣΗ

Οι επιδράσεις της κάνναβης εμφανίζονται μέσα σε λίγα λεπτά από τη στιγμή που αρχίζει το κάπνισμα. Οι συγκεντρώσεις στο αίμα κορυφώνονται μέσα σε 7 με 10 λεπτά, ενώ τα υποκειμενικά συμπτώματα φτάνουν στον μέγιστο βαθμό σε 30 με 60 λεπτά. Τα συμπτώματα που προκαλούνται από ένα μόνο τσιγάρο δεν διαρκούν πάνω από 3 ώρες και συσχετίζονται άμεσα με τη συγκέντρωση της ουσίας στο αίμα.

Αν και δεν υπάρχει σαφώς τεκμηριωμένη φυσική εξάρτηση από την ουσία, εντούτοις η χρήση της μαριχουάνας και του χασίς δημιουργεί **ψυχολογική εξάρτηση**, που σε πολλές περιπτώσεις οδηγεί σε μια σχεδόν καταναγκαστικά επαναλαμβανόμενη συχνή χρήση.

Από την κλινική πείρα, έχει φανεί ότι σε νεαρά άτομα με προδιάθεση στην ψυχική διαταραχή, η χρήση της κάνναβης μπορεί να αποτελέσει καθοριστικό παράγοντα στην **εκδήλωση ψυχωσικών επεισοδίων**, καθώς και αυξημένο κίνδυνο υποτροπής της ψυχικής διαταραχής μετά το τέλος του επεισοδίου.

Τέλος, η χρήση της κάνναβης φέρνει το νέο άτομο σε ευκολότερη επαφή και με άλλες παράνομες ουσίες, αυξάνοντας την πιθανότητα εμπλοκής με αυτές.

Σε εργαστηριακές συνθήκες, έχει παρατηρηθεί **σύνδρομο στέρησης** σε άτομα που επιχειρούν τη διακοπή της χρήσης, μετά από επαναλαμβανόμενη λήψη υψηλών δόσεων της ουσίας. Αυτό περιλάμβανε ευερεθιστότητα, ανησυχία, νευρικότητα, ελαττωμένη όρεξη, απώλεια βάρους, αϋπνία, τρόμο, ρίγη και αυξημένη θερμοκρασία του σώματος. Όμως, τα συμπτώματα αυτά είναι γενικά ήπια. Το σύνδρομο αρχίζει μέσα σε λίγες ώρες από τη διακοπή της χρήσης της ουσίας και διαρκεί 4 με 5 ημέρες.

ΑΝΟΧΗ

Ανοχή στην ουσία σημαίνει ότι κάποιο πρόσωπο χρειάζεται όλο και περισσότερη από την ουσία για να κατορθώσει τις ίδιες επιδράσεις, όπως είχε κατορθώσει και στο παρελθόν με μικρότερες δόσεις. Η κάνναβη επιφέρει μια μέτρια ανοχή.

ΜΥΘΟΙ ΚΑΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ

Μύθος: «Δεν μπορείς να εξαρτηθείς από τη μαριχουάνα/χασίς».

Πραγματικότητα: Η χρήση μαριχουάνας/χασίς δημιουργεί **ψυχολογική εξάρτηση**, η οποία ξεκινάει όταν το άτομο αναζητά ενεργά την ουσία και τη χρησιμοποιεί συστηματικά. Η συστηματική χρήση χασίς μπορεί να δημιουργήσει την ανάγκη για λήψη όλο και μεγαλύτερης ποσότητας από την ουσία για να αισθανθεί την επίδραση που ένιωθε προηγουμένως με μικρότερες ποσότητες (ανάπτυξη ανοχής).

Γενικότερα, η χρήση της κάνναβης επιφέρει σημαντική και κάποιες φορές, **έντονη ψυχική εξάρτηση**. Ιδιαίτερα όταν το άτομο προσπαθεί να διακόψει την χρήση, η ουσία γίνεται έμμονη ιδέα στη σκέψη του. Η σωματική εξάρτηση στη συγκεκριμένη ουσία, δεν είναι επιστημονικά τεκμηριωμένη, η ψυχική όμως είναι κάτι που διακατέχει το μεγαλύτερο ποσοστό των τακτικών χρηστών.

Μύθος: «Η κάνναβη σε βοηθάει να λύσεις τα προβλήματα σου».

Πραγματικότητα: Η κάνναβη δεν λύνει προβλήματα, απλώς κάνει το άτομο να τα ξεχνά για λίγες ώρες. Επιπλέον, το πιθανότερο είναι πως κάποιος που είναι ήδη στενοχωρημένος δε θα νιώσει καλύτερα κάνοντας χρήση, καθώς η κάνναβη μεγενθύνει τα συναισθήματα, αλλά δεν μετατρέπει τα αρνητικά σε θετικά. Ειδικά όσοι αισθάνονται θλίψη, άγχος ή έχουν ψυχικά προβλήματα δεν πρέπει να κάνουν χρήση κάνναβης. Τα ψυχικά προβλήματα υπάρχει κίνδυνος να επιδεινωθούν με την κάνναβη και να εκδηλωθούν με μεγάλη ένταση.

Μύθος: «Ένα τσιγάρο χασίς βλάπτει την υγεία λιγότερο από ένα συνηθισμένο τσιγάρο».

Πραγματικότητα: Καθώς, ο χρήστης εισπνέει πιο βαθιά τον καπνό και τον κρατά περισσότερο στους πνεύμονές του, **ένα τσιγάρο χασίς κάνει τη ζημιά που κάνουν τρία με πέντε τσιγάρα** (όσον αφορά το μονοξείδιο του άνθρακα και την πίσσα).

Μύθος: «Ένα τσιγάρο χασίς μια στις τόσες δεν δημιουργεί προβλήματα».

Πραγματικότητα: Πολλά προβλήματα μπορεί να δημιουργηθούν. Καταρχήν, διατρέχει κανείς **μεγαλύτερο κίνδυνο να πάθει ατυχήματα, να πάρει ανεύθυνες αποφάσεις και να φερθεί απερίσκεπτα**. Από κει και πέρα υπάρχει ο κίνδυνος της εξάρτησης, αν κάθε φορά που θέλει κάποιος να αισθανθεί καλύτερα, κάνει χρήση.

Μύθος: «Κάνοντας χρήση κάνναβης γίνεται κανείς περισσότερο αρεστός στην παρέα».

Πραγματικότητα: Αν σε μια παρέα γίνονται δεκτοί μόνο όσοι κάνουν χρήση κάνναβης, ίσως ναι. Αξίζει, όμως, άραγε να ανήκει κανείς σε μια τέτοια παρέα στην οποία αισθάνεσαι άνετα μόνο όταν είναι «φτιαγμένος»; Εξάλλου, η κάνναβη κάνει το άτομο να επικεντρώνεται μόνο στον εαυτό του και να μην ενδιαφέρεται και πολύ για τους άλλους. Κάτι τέτοιο δεν είναι, προφανώς, ελκυστικό.

Μύθος: «Η κάνναβη σε βοηθάει να φλερτάρεις».

Πραγματικότητα: Οι χρήστες κάνναβης έχουν κόκκινα μάτια και πρησμένα βλέφαρα πολλές φορές ακόμη και την επόμενη μέρα. Αυτό προφανώς δεν είναι και τόσο ελκυστικό. Επίσης, όταν κάποιος είναι υπό την επήρεια της κάνναβης, είτε λέει πράγματα που δεν βγάζουν νόημα, είτε επικεντρώνεται στον εαυτό του. Συνεπώς, ούτε επικοινωνεί καλύτερα με τους άλλους ούτε αυξάνονται οι πιθανότητες επιτυχίας του στο φλερτ.

Μύθος: «Η κάνναβη είναι λιγότερο βλαβερή αν την φάει ή την πει κανείς».

Πραγματικότητα: Η κάνναβη είναι εξίσου βλαβερή, με όποιον τρόπο γίνει η λήψη της. Μάλιστα, στην περίπτωση που κάποιος την φάει ή την πει, οι επιδράσεις της είναι ισχυρότερες, αλλά αργούν να εμφανιστούν σε σύγκριση με το κάπνισμα (περίπου μία ώρα). Η λήψη από το στόμα προκαλεί συχνότερα ψευδαισθήσεις.

Σχετικές ιστοσελίδες:

www.cannabisinathens.com/history_gr.htm

<http://www.okana.gr/info.php?action=view&id=102&cat=10>

<http://www.egolpio.com/SCIENCE&FAITH/XASISI.htm>