

Anhang P06 - Informationszettel

1. Einleitung

Die folgenden Informationen basieren auf dem Gesetz § 21 Abs. 3 KcanG vom 27. März 2024. Die Anbau-Vereinigung Greenkeepers muss sich an strenge rechtliche und qualitative Regeln halten. Eine Kontroll-Behörde überprüft, ob alles eingehalten wird. Das betrifft den Anbau, die Abgabe und die Dokumentation. Mehr Informationen gibt es beim Bundesministerium für Gesundheit (BMG) und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).

Inhalt:

1. Konsum
 2. Wirkung
 3. Rausch
 4. Giftigkeit
 5. Mischkonsum
 6. Gesundheitliche Auswirkungen
 7. Schwangerschaft
 8. Fahren von Fahrzeugen und Maschinen
-

1. Konsum

Cannabis kann auf verschiedene Arten konsumiert werden. Die häufigsten Methoden sind das Rauchen (über die Lunge) oder das Essen (über den Magen-Darm-Trakt).

- Beim Rauchen wirkt Cannabis nach ein paar Minuten.
 - Beim Essen dauert es 30 bis 60 Minuten, bis die Wirkung eintritt.
 - Die Wirkung hält beim Rauchen 2 bis 3 Stunden an, beim Essen länger.
 - Wer Cannabis dampft (mit einem Vaporizer) oder isst, schont die Atemwege. Beim Rauchen entstehen nämlich schädliche Stoffe.
-

2. Wirkung

Cannabis wirkt auf das Endocannabinoid-System im Körper. Dieses System hat zwei wichtige Rezeptoren: CB1 und CB2.

- CB1 befindet sich vor allem im Gehirn und beeinflusst Gedächtnis, Bewegung und Schmerz.
 - CB2 ist im ganzen Körper zu finden, besonders im Immunsystem.
Der Wirkstoff THC bindet an diese Rezeptoren und löst die Rauschwirkung aus. THC wurde 1964 entdeckt und ist der am besten erforschte Cannabis-Wirkstoff.
-

3. Rausch

Der Rausch durch Cannabis kann das Bewusstsein verändern.

- Das Denken wird oft sprunghaft.
 - Das Kurzzeitgedächtnis kann beeinträchtigt sein.
 - Viele Menschen fühlen sich entspannt oder glücklich. Manchmal können aber auch Angst oder Traurigkeit auftreten.
 - Körperliche Wirkungen sind oft rote Augen, trockener Mund, Hunger, schneller Puls und Müdigkeit.
 - Die Wirkung ist bei jedem Menschen unterschiedlich. Erfahrene Konsumenten wissen besser, was auf sie zukommt.
-

4. Giftigkeit

Cannabis ist für Menschen nicht giftig. Es gibt keine bekannten Todesfälle durch eine Überdosis Cannabis. Studien an Tieren zeigen, dass die tödliche Dosis viel höher ist, als Menschen konsumieren können.

5. Mischkonsum mit anderen Drogen

Cannabis kann mit anderen Drogen gemischt werden. Das kann gefährlich sein.

- Koffein: Kann die Wirkung von Cannabis verstärken.
 - Alkohol: Kann Übelkeit oder Ohnmacht verursachen. Der Mischkonsum mit Alkohol ist besonders gefährlich im Straßenverkehr.
 - Tabak: Kann zu Nikotinabhängigkeit führen und das Risiko für Lungenkrebs erhöhen.
 - MDMA: Die Wirkung von MDMA kann durch Cannabis verstärkt werden.
 - Opiate: Cannabis kann die Wirkung von Schmerzmitteln wie Morphin verstärken.
-

6. Gesundheitliche Auswirkungen

Die gesundheitlichen Folgen von Cannabis sind nicht vollständig geklärt. Sie hängen von vielen Faktoren ab:

- Wie oft und wie viel konsumiert wird.
- Ob Cannabis mit anderen Drogen gemischt wird.
- Das Alter und die persönliche Verfassung der Person.

Auswirkungen auf die Atmungsorgane:

- Das Rauchen von Cannabis kann die Lunge schädigen, besonders wenn es mit Tabak gemischt wird.
 - Beim Verdampfen (Vaporisieren) entstehen weniger schädliche Stoffe.
 - Studien zeigen, dass reiner Cannabis-Rauch das Krebsrisiko nicht erhöht.
-

Cannabis und Krebs

Forscher untersuchen, wie Cannabis und seine Wirkstoffe wie THC bei Krebs wirken. Einige Studien zeigen, dass Cannabis möglicherweise bei der Behandlung von Krebs helfen kann. Aber Cannabis als Rauschmittel heilt oder lindert Krebs nicht.

- Der Rauch von Cannabis enthält ähnliche schädliche Stoffe wie Tabakrauch.
 - Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) sagt, dass Cannabis das Risiko für Prostatakrebs erhöhen könnte.
 - Ob Cannabis auch Lungenkrebs verursacht, ist noch nicht sicher bewiesen.
-

Cannabis und Psychosen

Cannabis kann bei manchen Menschen das Risiko für Psychosen erhöhen.

- Besonders gefährdet sind Menschen, die viel Cannabis mit hohem THC-Gehalt konsumieren.
 - Es ist unklar, ob Cannabis allein oder zusammen mit anderen Faktoren (wie Alkohol oder Vorerkrankungen) Psychosen auslöst.
 - Die meisten Menschen, die Cannabis konsumieren, bekommen keine Psychose. Aber Menschen mit einer genetischen Veranlagung sind gefährdeter.
-

Cannabis und Schizophrenie

Cannabis löst Schizophrenie nicht aus. Aber es kann das Risiko erhöhen, besonders bei Menschen, die in der Pubertät anfangen, Cannabis zu konsumieren.

- Studien zeigen, dass Menschen mit Schizophrenie eher Cannabis konsumieren.
 - Es gibt keine klaren Beweise, dass Cannabis Schizophrenie verursacht.
-

Motivation und Belohnungssystem

Cannabis kann bei manchen Menschen die Motivation verringern.

- Das nennt man Amotivationssyndrom.
 - Studien zeigen, dass das Belohnungssystem im Gehirn durch Cannabis beeinträchtigt werden kann.
 - Nach längerer Abstinenz kann sich das Belohnungssystem aber wieder normalisieren.
-

Veränderungen im Gehirn

Cannabis kann das Gehirn verändern, besonders bei Jugendlichen.

- Bei Jugendlichen kann Cannabis das Gehirnvolumen verringern und die kognitiven Fähigkeiten beeinträchtigen.
- Bei Erwachsenen kann Cannabis das Hippocampus-Volumen verkleinern. Der

- Hippocampus ist wichtig für das Gedächtnis.
- Diese Veränderungen können sich nach einiger Zeit ohne Cannabis wieder zurückbilden.
-

Intelligenz

Cannabis kann die Intelligenz und das Gedächtnis beeinträchtigen, besonders bei regelmäßigem Konsum.

- Bei Jugendlichen kann Cannabis den IQ dauerhaft senken, wenn sie früh anfangen und viel konsumieren.
 - Bei Erwachsenen sind die Auswirkungen oft reversibel, wenn sie aufhören, Cannabis zu konsumieren.
-

Abhängigkeit

Regelmäßiger Cannabiskonsum kann zu Abhängigkeit führen.

- Menschen, die abhängig sind, brauchen immer mehr Cannabis, um die gleiche Wirkung zu spüren.
 - Beim Entzug können Symptome wie Reizbarkeit, Unruhe und Schlafstörungen auftreten.
-

Schwangerschaft

Cannabis in der Schwangerschaft kann dem Baby schaden.

- Babys von Müttern, die Cannabis konsumieren, haben oft ein niedrigeres Geburtsgewicht.
 - Cannabis kann auch das Risiko für Frühgeburten erhöhen.
 - Langzeitfolgen für das Kind können kognitive Beeinträchtigungen oder Verhaltensprobleme sein.
-

Fahren von Fahrzeugen und Maschinen

Cannabis beeinträchtigt die Fähigkeit, Fahrzeuge oder Maschinen zu bedienen.

- Nach dem Konsum sollte man nicht fahren oder Maschinen bedienen, bis man wieder vollständig nüchtern ist.
 - Cannabis kann das Denken und Handeln stark beeinträchtigen und das Unfallrisiko erhöhen.
-

Dieser Text ist in **leichter Sprache** verfasst. Er ist kurz, einfach und gut verständlich. Bilder oder Symbole könnten den Text zusätzlich unterstützen.