



drugs abc

cannabis

Cannabis is een verzamelbegrip: als drug omvat het verschillende producten van de hennepplant, zoals marihuana en hasj. De meeste gebruikers roken cannabis in een joint.

Wat zijn de eigenschappen van cannabis?
Hoe wordt het gebruikt? Wat zegt de Belgische wet? Welke termen circuleren er?
Wat zijn de effecten en de risico's?
Een kennismaking met de belangrijkste aspecten van cannabis en het gebruik ervan.

Wat is cannabis?

De term 'cannabis' verwijst zowel naar de cannabisplant (cannabis sativa, ook bekend als hennepplant), als naar de voornaamste producten van deze plant, namelijk marihuana en hasj. De belangrijkste roes-opwekkende stof in deze producten is THC.

DE PLANT

De cannabisplant behoort tot de familie cannabaceae en bevat drie soorten: cannabis sativa, cannabis indica en cannabis rudularis. Het is voornamelijk cannabis sativa die verbouwd wordt tot genots- en geneesmiddelen. De plant groeit in grote delen van de wereld. Het cannabisblad is makkelijk herkenbaar: het telt 5 tot 9 lange en smalle gekartelde blaadjes. Die zijn gezaagd en staan gespreid, zoals de vingers van een hand. Er zijn vrouwelijke en mannelijke planten. De vrouwelijke plant kan in het wild drie à vier meter hoog worden, soms nog hoger. Mannelijke planten zijn meestal veel kleiner.

Het zijn voornamelijk de bloemtoppen van de vrouwelijke planten die hoge concentraties van de psychoactieve bestanddelen bevatten. De belangrijkste daarvan is THC (dat staat voor tetrahydrocannabinol). Het zijn dan ook alleen de vrouwelijke planten die verbouwd worden als genot- en geneesmiddel. De concentratie THC is niet gelijk over de plant verdeeld, en verschilt ook naar gelang het klimaat en de kweekmethode.

DE BELANGRIJKSTE PRODUCTEN

Hennep verwijst naar producten die worden verbouwd uit de vezels en zaden van cannabissoorten die weinig tot geen THC bevatten. Er wordt onder andere touw, canvas, vogel- of visvoer en papier van gemaakt, maar ook meel en shampoo.

Marihuana bestaat uit gedroogde, verkruidelnde bladeren en bloemtoppen. Het ziet eruit als fijne tot grove thee en is grijsgroen tot groenbruin van kleur.

Hasj (of hasjiesj) ontstaat wanneer de hars van de bloemtoppen wordt samengeperst tot een blokje. De blokjes kleuren van lichtbruin tot zwart. Hasj bevat doorgaans meer THC dan marihuana, maar de zuiverheid en het harsgehalte lopen uiteen...

Hasjolie voelt kleverig aan en wordt verkregen door alcoholische distillatie van cannabis. Hasholie bevat de hoogste concentratie THC van alle cannabisderivaten.

CANNABIS VROEGER...

Hennep kwam oorspronkelijk voor in West- en Centraal-Azië. Dat de vrouwelijke plant een component bevat die op het menselijk lichaam inwerkt, was al lang voor onze tijdrekening bekend. In India werd cannabis in het 2^{de} millennium voor onze tijdrekening 'gebruikt' en in het oude China werd het aangeprezen als medicijn. Ook de Romeinen, Grieken, Arabieren en westerse middeleeuwen kenden de lichamelijke en psychische effecten van cannabis.

Als medicijn nam het onder meer in de 19^{de} eeuw een belangrijke plaats in (bij krampen, toevallen, astma, slaapstoornissen, migraine enzovoort). Dat belang verminderde in de loop van de 20^{ste} eeuw, omdat er betere geneesmiddelen werden ontwikkeld. Sinds enkele jaren is het medisch gebruik van cannabis in bepaalde omstandigheden – om de bijwerkingen van chemotherapie tegen te gaan, als pijnbestrijder bij multiple sclerose enzovoort – weer voorwerp van discussie.

...EN NU

Al in de 19^{de} eeuw werd cannabis in Franse artistieke kringen aangewend. Zo was de dichter Baudelaire een bekende gebruiker. In het begin van de 20^e eeuw beleefde het als genotmiddel onder meer in de Verenigde Staten een heropleving tijdens de drooglegging (het verbod op alcohol in de jaren 1920). Men associeerde het met het Afro-Amerikaanse jazzmilieu en cannabis werd in de jaren 1960 een onderdeel van een Amerikaans-Europese jeugdsubcultuur (flowerpower, hippie). In de jaren 1960 werd het verbonden met rebellie en revolte tegen het establishment. Het werd een belangrijk aspect van de rastafari-subcultuur en de bijbehorende Jamaicaanse reggae. Vanaf de jaren 1990 werd cannabis na een dip in de populariteit weer intenser gebruikt, onder meer als kalmeringsmiddel na het gebruik van xtc en andere 'dance drugs'.

DE TAAL VAN DE STRAAT | HET CANNABIS-JARGON

- Joint > zelfgerolde sigaret van hasj of marihuana (met of zonder tabak). Wordt vaak onder vrienden gedeeld.
- Blown, smoren > het roken van een joint
- Chillum > een speciaal pijpje waarin cannabis wordt gerookt
- Coffeeshop > privégelegenheid in Nederland waar onder welbepaalde voorwaarden cannabis mag worden verkocht (niet aan -18-jarigen, niet meer dan 5 gram per dag per klant)
- Flippen > hevige negatieve gevoelens (angst, paniek) door een te hoge dosis THC
- High > ontspannen en opgewekte gevoelens, tot zelfs hallucinaties
- Nederwiet > marihuana die in Nederland is geteeld, doorgaans met een hoger THC-gehalte
- Shit, stuff, zwarte en bruine marok > hasj
- Shitthee > thee waarin cannabis is verwerkt
- Spacecake > cake waarin cannabis is verwerkt
- Stoned > door spierverslapping voelen de ledematen loom en zwaar aan: je voelt je 'versteend'
- Weed, wiet > marihuana

De Belgische wet

Over de wetgeving rond cannabis bestaan veel misvattingen. Cannabis invoeren, produceren, bezitten, gebruiken en verkopen is in België voor iedereen illegaal en dus strafbaar, ook na de wetwijziging van juni 2003. Wel wordt er een onderscheid gemaakt tussen minderjarigen (-18) en meerderjarigen (+18).

MINDERJARIGEN

Voor minderjarigen zijn de invoer, productie, bezit, gebruik en de verkoop van zowel cannabis als van andere illegale drugs in alle omstandigheden verboden. Indien een minderjarige betrappt wordt met cannabis, maakt de politie een proces-verbaal op en bezorgt deze aan het parket. Ook de ouders worden op de hoogte gebracht.

MEERDERJARIGEN

Voor meerderjarigen wordt er een onderscheid gemaakt tussen cannabis en andere illegale drugs wat het bezit betreft. Bij een meerderjarige wordt aan het bezit van cannabis voor eigen gebruik de laagste vervolgingsprioriteit gegeven. In de praktijk houdt dit in principe in dat het bezit voor persoonlijk gebruik (max. 3 gram), en de teelt van één vrouwelijke plant niet vervolgd wordt. De politie maakt bij vaststelling van bezit voor eigen gebruik wel een vereenvoudigd proces verbaal op (de zogeheten politionele registratie). Daarbij wordt de identiteit van de dader, plaats, datum, uur van de feiten, aard van het gebruik en een omschrijving van de middelen geregistreerd. Dat vereenvoudigd proces-verbaal wordt verzonden naar het parket. Dat kan alsnog beslissen om vervolging in te stellen, als zij hun beslissing motiveren.

Wanneer er sprake is van verstoring van de openbare orde, verzwarende omstandigheden of bij indicatie van problematisch gebruik, zal de politie meteen overgaan tot vervolging en een proces-verbaal opmaken.

Verstoring van de openbare orde

Dit omvat onder meer...

- cannabisbezit in de gevangenis
- op een openbare plaats of een plaats die toegankelijk is voor publiek
- in gebouwen of in de omgeving van sociale diensten
- op school en daar waar minderjarigen komen voor sportieve, sociale of schoolse doeleinden

Verzwarende omstandigheden

Dit betreft...

- cannabisgebruik en/of -handel in aanwezigheid van minderjarigen
- minderjarigen aanzetten tot cannabisbezit en/of gebruik
- lid zijn van een 'vereniging' die drugs levert
- door cannabisgebruik bij anderen een ongeneeslijke ziekte, blijvende arbeidsongeschiktheid, verlies van een orgaan, zware verminking of de dood veroorzaken

Indicatie van problematisch gebruik

Dit wil zeggen dat er aanwijzingen zijn dat het gedrag een gevaar betekent voor jezelf of je omgeving. Dit wordt door de politie vastgesteld via vier standaardproefjes, die ook gebruikt worden in het verkeer.



De effecten, het gebruik en de werking

De effecten van cannabis kunnen enorm verschillen volgens de variëteit, de hoeveelheid en de manier van gebruik. Ook persoonlijkheid, vatbaarheid, verwachtingen, eerder gebruik en de omstandigheden waarin iemand gebruikt, spelen een rol. Cannabis versterkt iemands stemming en gevoelens, zowel de positieve als de negatieve. Gebruikers kunnen zich heel licht of juist heel zwaar voelen. De cannabisroes verandert hun kijk op de werkelijkheid.

HOE WORDT HET GEBRUIKT?

Cannabis kan op verschillende manieren gebruikt worden:

- Al rokend, vermengd met tabak, als zelfgerolde sigaret met of zonder een kartonnen filtertje ('filtertip')
- Al rokend, puur, als zelfgerolde sigaret of in een speciaal pijpje, een waterpijp of met een verdamper
- Verwerkt in voedsel (bijvoorbeeld gebak of spaghettisaus)
- Verwerkt in drank (bijvoorbeeld thee)

HOE LANG WERKT HET?

Bij het roken zijn de effecten nagenoeg onmiddellijk voelbaar, de drug penetreert al na enkele seconden de hersenen. Het effect houdt twee tot vier uur aan, waarvan de eerste twee uur als piek ervaren worden. Door het snelle effect is de ervaren gebruiker meestal in staat om de effecten naar wens te doseren.

Bij het eten of drinken van producten waarin cannabis is verwerkt, is het veel moeilijker om in te schatten hoeveel THC men binnenkrijgt en kan de gebruiker meer THC binnenkrijgen dan bedoeld. De effecten laten zich trager voelen (vaak pas na een uur), zijn afhankelijk van de hoeveelheid vet in het voedsel en houden langer aan dan bij het roken.

WAT DOET CANNABIS?

Vuistregel: de effecten van drugs verschillen naargelang het individu (conditie, gewicht, geslacht, verwachtingen enzovoort), hoe vaak en hoeveel er wordt gebruikt, de plaats en het moment van gebruik.

Cannabisproducten veranderen het bewustzijn. In het algemeen versterkt het gebruik van cannabis de aanwezige positieve of negatieve gevoelens.

Cannabis kan een ontspannende en kalmerende werking hebben en een zorgeloze euforische stemming creëren. De beleving van tijd en ruimte kan veranderen, de waarneming van kleuren en muziek kan intenser worden. Verder kunnen ook zogeheten lach- en eetkicks voorkomen en ervaren sommigen zelfs hallucinaties. Frequente gebruikers kunnen in zichzelf gekeerd zijn. In sommige gevallen heeft het gebruik van cannabis zelfs een ongewenst effect: van onrust tot buitensporige angst, argwaan of zelfs paranoia en apathie. Depressieve gevoelens kunnen intenser worden. Na een dag van zwaar gebruik is er in veel gevallen sprake van moeheid en concentratiestoornissen. Bij veel gebruikers zijn de ogen rooddoorlopen en staan de pupillen wijdopen. Ze hebben meer eetlust, een droge mond en een iets snellere hartslag. De handen en voeten kunnen koud aanvoelen.



HOE EN HOE LANG IS CANNABIS OP TE SPOREN?

Er zijn verschillende manieren waarop cannabisgebruik opgespoord kan worden: via het haar, speeksel, bloed en de urine. De meest gebruikelijke manier om cannabis op te sporen is via de urine. Daar blijft gebruik langer zichtbaar dan in het bloed of speeksel. De interpretatie van de resultaten is niet zo eenvoudig. Cannabis – een natuurproduct waarvan de samenstelling sterk wisselt – komt langzaam vrij uit het lichaamsvet waarin het zich heeft opgeslagen. Hoelang het duurt voor THC uit het lichaam verdwijnt, hangt af van de hoeveelheid en de frequentie van het gebruik (de voorgeschiedenis van de gebruiker) en van de individuele stofwisseling. Een indicatie: bij wie occasioneel gebruikt, duurt het bij benadering 1 tot 3 dagen tot de sporen uit de urine verdwenen zijn. Bij wie chronisch gebruikt, kan dit tot meer dan een maand na het laatste gebruik duren.



De risico's

De werking van cannabis is onvoorspelbaar. Gebruik kan leiden tot angstige of depressieve gevoelens of zelfs psychoses. Bovendien beïnvloedt het het concentratievermogen, wat het risico op ongevallen vergroot. Op langere termijn is het roken van cannabis slecht voor de gezondheid en kan regelmatig gebruik een impact hebben op de relatie tussen de gebruiker en zijn omgeving.

RISICO'S OP KORTE TERMIJN

- Cannabisgebruik beïnvloedt de vaardigheden die nodig zijn voor het besturen van een voertuig. Het vertraagt de reactietijd, verslechtert de waarneming, de motoriek en het vermogen om snelheden in te schatten. Ook de aandacht neemt af en is er een afname in de remreactie waardoor men vaker gaat kronkelen over de baan. Rijden onder invloed van THC is gevaarlijk. Chauffeurs onder invloed van cannabis hebben dubbel zoveel risico om een ongeval te veroorzaken als een nuchtere chauffeur.
- Cannabis doet de hartslag en bloeddruk eerst stijgen en nadien dalen. Cannabis kan bovendien voor een plotse bloeddrukdaling zorgen. Dat kan gevaarlijk zijn voor mensen met hartproblemen.
- Een cannabisroes maakt het moeilijker om zich te concentreren, logisch na te denken en iets te onthouden. Cannabis en werken of studeren gaan dus niet samen.
- Een te hoge dosis THC kan een heleboel negatieve gevoelens opwekken, zoals hevige angstgevoelens, paniekaanvallen, neerslachtigheid, rusteloosheid, verwarring en hallucinaties ('flippen' of een zogenoemde 'bad trip'). Die negatieve gevoelens kunnen in de dagen of weken nadien opnieuw de kop op steken.
- Cannabisgebruik kan in uitzonderlijke gevallen leiden tot een acute psychose. Deze wordt gekenmerkt door verwarring, paranoia, hallucinaties en stemmingswisselingen.

RISICO'S OP LANGE TERMIJN (VOORAL VOOR REGELMATIGE GEBRUIKERS)

Gezondheid

- Het grootste gezondheidsrisico hangt samen met het inhaleren van de cannabisrook. Cannabisrook bevat veel meer kankerverwekkende stoffen dan een sigaret. Zelfs wie cannabis puur rookt (zonder tabak) krijgt meer teer binnen dan bij een sigaret. Men loopt dan meer risico op een longziekte (bronchitis, longkanker, ziekte aan de luchtwegen) of hartproblemen. Bovendien inhaleren veel cannabisrokers de rook dieper en houden ze de rook vast, wat de schadelijkheid nog vergroot. Wie cannabis met tabak rookt, kan ook verslaafd raken aan de nicotine in de tabak.
- Langdurig en veelvuldig gebruik vermindert het concentratievermogen, het geheugen en de leerprestaties. Na het stoppen kan het nog enkele maanden duren voor deze effecten verdwijnen.
- Onderzoekers zijn het erover eens dat er een verband is tussen cannabisgebruik en een afname van het IQ. Daartegenover is er onenigheid over het causaal verband tussen cannabisgebruik en afname van het IQ.
- Ook is er een verband tussen cannabisgebruik en psychotische stoornissen, al blijkt dit verband niet oorzakelijk.
- Er is onvoldoende bewijs dat cannabisgebruik structurele wijzigingen in de hersenstructuur veroorzaakt. Wel vormt de puberteit een kritieke periode in de ontwikkeling van de hersenen en zijn jongeren extra kwetsbaar voor de effecten van cannabis.

Sociaal en maatschappelijk

- Problemen, verveling en andere onlustgevoelens wegbloven draagt niet bij tot de persoonlijke ontwikkeling.
- Er is soms sprake van een 'cannabis burn-outsyndroom': de negatieve gevolgen voor de gezondheid worden dan aangevuld met verminderde ambitie, verstrooidheid, slechtere communicatievermogens en onhandigheid in de relaties met andere mensen. Problematische cannabisgebruikers worden passief, slapen veel en zijn soms ook depressief. De interesse in voordien als belangrijk ervaren bezigheden (school, werk, hobby) valt weg, wat soms als asociaal gedrag wordt betiteld.
- Gebruikers kunnen door de buitenwereld, die hun gebruik vaak afkeurt, worden veroordeeld en sociaal geïsoleerd raken.
- Door de politie betrappt worden op illegaal gebruik kan ernstige gevolgen hebben voor de werk-, school- of thuissituatie.
- In cannabismilieus zijn soms ook andere drugs verkrijgbaar. Toch stappen de meeste cannabisgebruikers niet over naar zwaardere drugs.



RISICOGROEPEN

Mensen die psychisch kwetsbaar zijn of/en een (latente) psychische stoornis hebben, lopen bij cannabisgebruik meer gevaar voor een acute psychose. Cannabisgebruik is voor hen ten zeerste af te raden.

JONGEREN EN HERSENONTWIKKELING

De puberteit vormt een kritieke periode voor de ontwikkeling van de hersenen. Daardoor zijn jongeren kwetsbaarder voor de effecten en risico's van alcohol, cannabis en andere drugs. Wat cannabis betreft, tonen enkele onderzoeken een verandering aan in de hersenvolumes van jongeren die op vroege leeftijd beginnen gebruiken. Al is het onmogelijk om deze veranderingen met zekerheid toe te schrijven aan dat cannabisgebruik. Deze onderzoeken kunnen dus niet bewijzen dat cannabisgebruik veranderingen in de hersenstructuur teweegbrengt, maar suggereert wel dat deze mogelijkheid bestaat. Verder onderzoek is noodzakelijk.

RISICO'S VOOR VRUCHTBAARHEID EN BIJ ZWANGERSCHAP

- **Vruchtbaarheid:** zwaar of chronisch gebruik van cannabis kan de vruchtbaarheid van zowel mannen als vrouwen aantasten. Deze bijwerking is van tijdelijke aard en leidt bijgevolg niet tot blijvende onvruchtbaarheid.
- **Zwangerschap:** blowen vermindert de toevoer van zuurstof en voedingsstoffen naar de baby. Daardoor kan die bij de geboorte kleiner en lichter zijn en dus vatbaarder voor ziektes en infecties. Een pasgeboren kind van een gebruikster kan gevoeliger zijn voor lichte stimuli. Dat leidt tot een verstoord slaappatroon, een overdreven zuigreflex en beven. THC wordt ook in moedermelk aangetroffen.

RISICO'S BIJ GECOMBINEERD GEBRUIK

- Een algemeen probleem bij drugs is dat er door de illegaliteit van de teelt en de bewaring geen controle is op bijvoorbeeld het gebruik van mogelijk toxische chemische middelen in sproeistoffen.
- Cannabis en alcohol: de verdovende werkingen van beide middelen kunnen elkaar versterken. Het effect is onvoorspelbaar. Plotse misselijkheid en duizeligheid zijn mogelijk.
- Cannabis en andere drugs: Het uiteindelijke effect is zeer onvoorspelbaar. Gebruik met andere middelen met een hallucinogene werking kan het risico op verwardheid, angstaanvallen en psychotische reacties verhogen. Experimenteren kan dus gevaren opleveren.

RAAK JE ER AFHANKELIJK VAN?

In vergelijking met sommige andere middelen die een afhankelijkheidsrisico inhouden, is het risico om afhankelijk te worden van cannabis relatief beperkt. Personen die gedurende lange tijd zwaar cannabis gebruiken, lopen wel het risico om afhankelijk te worden, al is dit risico niet voor iedereen hetzelfde. Wanneer men afhankelijk is, gaat de behoefte aan cannabis de gedachten, gevoelens en activiteiten beheersen. Bij het stoppen met cannabisgebruik kunnen zich dan onthoudingsverschijnselen en allerlei klachten, zoals slapeloosheid, rusteloosheid en prikkelbaarheid voordoen.

MEER INFO

Contacteer De DrugLijn voor alle vragen over drank, drugs, pillen en gokken.

Voor informatie, een eerste advies of voor adressen voor hulp en preventie.

Anoniem, objectief en zonder te oordelen of veroordelen.

BEL 078 15 10 20

ma-vr: 10-20 u. (niet op feestdagen)

vanaf een vast toestel bel je aan voordeeltarief

NEEM CONTACT VIA WWW.DRUGLIJN.BE

stel je vraag via mail, Skype of chat

je krijgt steeds een persoonlijk antwoord