



Jetzt pick ma amoi an zomm...

... und dann red ma über:

Cannabis und Safer Use

Gerhard Jäger, MA

Jugendtagung Linz, 28.03.2017

Cannabiskonsum ist nicht nur Risiko

- Der Cannabisrausch wird meist positiv wahrgenommen
- Die entspannende Wirkung kann bei der Stressbewältigung hilfreich sein
- Cannabis ist eine Heilpflanze und wird medizinisch verwendet bei:
 - Schlafstörungen
 - chronischen Schmerzen
 - Appetitlosigkeit
 - Muskelkrämpfen usw.

Langzeitrisiken



- Atemwegserkrankungen vor allem bei chronischem Konsum
- Cannabis enthält mehr krebserregende Stoffe als Tabak
- Beim Bong rauchen wird die Lunge besonders stark belastet
- Kiffen im Jugendalter beeinflusst die Gehirnentwicklung
- Gefahr sich in der Kifferwelt zu verlieren, Realitäts- und Motivationsverlust
- Cannabis gilt als möglicher Auslöser vulnerabler Psychosen
- Abhängigkeit mit physischen und psychischen Symptomen

Safer Use

- enthält mindestens eine schadensminimierende Anwendungsempfehlung
- Ziel ist, die substanz- bzw. verhaltensinduzierten Risiken zu minimieren
- Basiert auf Wissen oder übermittelten Erfahrungen, z.B. betrunken kiffen endet mit dem Kopf über der Schüssel
- Safer-Use-Strategien werden meist mit akzeptanzorientierter Drogenarbeit verknüpft sind häufig aber auch im Alltagsgebrauch vorhanden

Cannabis – Potentielle Risiken



Wirkstoffgehalt (THC-CBD)



Nebenwirkung und
Langzeitfolgen



Konsumform



Streckmittel



Schimmel- bzw.
Milbenbefall



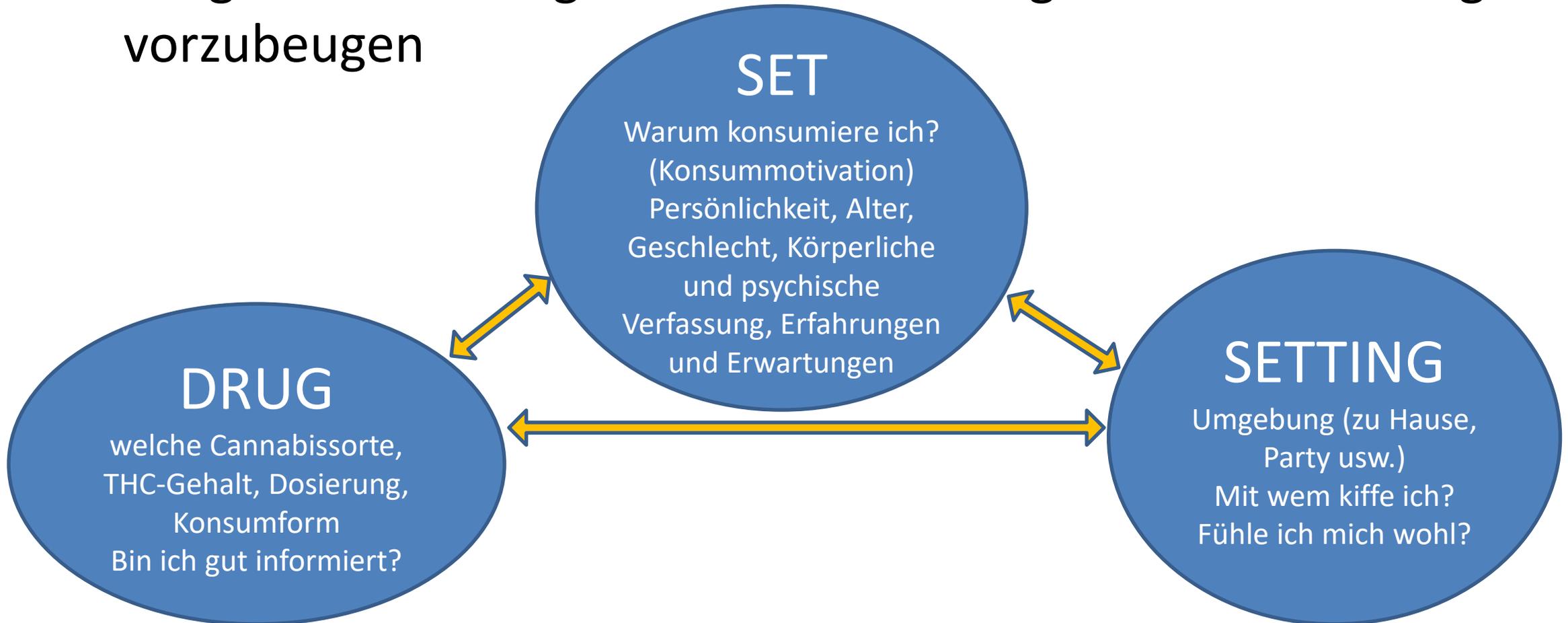
Repression



Cannabis und Straßenverkehr

Cannabis – Safer Use

- Drug – Set – Setting beachten um unangenehmen Wirkungen vorzubeugen



Cannabis – DRUG



- Unbekannte Konzentration der Inhaltsstoffe
 - THC – Tetrahydrocannabinol
 - CBD – Cannabidiol
 - CBN – Cannabinol (Abbauprodukt von THC)
- Pestizid und Düngerrückstände
- Verunreinigung durch Schimmelpilze oder Milben durch unsachgemäße Trocknung bzw. Lagerung

Cannabis – Risiko Inhaltsstoffe



- Streckmittel
 - Brix
 - Sand
 - Blei
 - Glas
 - Haarspray
 - Talkum
 - Phosphor, Kaliumdünger

Alle diese Streckmittel werden zur Gewichtssteigerung verwendet!

Synthetische Cannabinoide



Synthetische Cannabinoide



- „Kräutermischungen“ beinhalten meist synthetische Cannabinoide als Wirkstoffe
- Die meisten synthetischen Cannabinoide fallen unter das NPSG
- Die Wirkungen und Nebenwirkungen sind häufig unbekannt
- KonsumentInnen bevorzugen meist natürliches Cannabis
- Verpackung: „Nicht zum menschlichen Verzehr geeignet“
- imitieren Cannabis-Wirkung, Wirkung oft anstrengend und belastend, sehr stark (4x stärker als THC)

Synthetische Cannabinoide



- Kreislaufbeschwerden, Halluzinationen, Panikattacken, Bewusstlosigkeit
- Taubheitsgefühl in den Fingern, Wahrnehmungsstörungen, Vergiftungen (notfallmedizinische Versorgung)
- Fehlende Verfügbarkeit, Repression, lange Nachweisbarkeit, Abstinenzkontrollen, drohender Führerscheinentzug bei/wegen Cannabis können zu Umstieg auf synthetische Cannabinoide führen!

Safer Use - DRUG



- Nur durch Drug-Checking ist eine Analyse der Inhaltsstoffe möglich
 - Drug-Checking gibt es in Österreich derzeit nur für synthetische Substanzen (in Ibk für Cannabis nur in Ausnahmefällen)
 - Extrem Kostenintensiv
- Eigenanbau
 - Cannabis kann sowohl outdoor als auch indoor angebaut werden
 - KonsumentInnen wissen was sie konsumieren
 - Keine Streckmittel
 - Nicht auf Dealer angewiesen
 - Kostengünstig
 - Weiterhin Illegal
 - Gefahr von Schimmel wenn Trocknung nicht sachgemäß

Safer Use - DRUG



- Safer Use abgesehen von Drug-Checking und Eigenanbau
 - Pausen einlegen
 - Sorten abwechseln
 - bei „vertrauenswürdigen“ Personen einkaufen
 - Produkt optisch beurteilen
 - sind Fremdstoffe bemerkbar
 - ist Schimmel erkennbar?

Cannabis – Risiko Konsumform



- Cannabis wird meist mit Tabak gemischt in Form von Joints oder Bong geraucht
- In Joints werden meist Filtertips (gerollter Kartonstreifen) verwendet
- Cannabisrauch wird meist tiefer inhaliert als Zigarettenrauch
- Mischkonsum mit anderen Substanzen
 - Alkohol
 - MDMA, Kokain, Speed; nach Parties häufig zum runterkommen

Safer Use - Konsumform



- Essen und Trinken sind weniger schädliche Konsumformen
 - Wirkung ist meist intensiver und dauert wesentlich länger
 - Dosierung schwieriger
- Rauchen ohne Tabak
 - Nikotinfrei allerdings fällt auch die Wechselwirkung mit Nikotin weg
 - Tabakersatzprodukte verwenden um Nikotinabhängigkeit zu vermeiden

Safer Use - Konsumform



- Filter verwenden
 - Zigarettenfilter filtern zumindest einige Schadstoffe
 - Pfeifen mit Filter verwenden
 - Bongs mit integriertem Filter verwenden
 - Aktivkohlefilter verwenden
- Vaporizer verwenden
 - zwischen 150 und 200° C verdampft THC
 - der Rauch besteht zu über 90% aus THC, CBD und CBN
 - Krebserregende Stoffe konnten bisher nicht nachgewiesen werden
 - Rauscherlebnis verändert sich durch den Wegfall der Wechselwirkung mit Nikotin, Rausch wird häufig körperlicher und

Cannabis - SET



- Konsummotivation
 - Spaß
 - Entspannung
 - Abschalten
 - Langeweile
 - Gewohnheit
 - Freundeskreis
 - Probleme vergessen können
 - Selbstmedikation

Cannabis - SET



- Persönlichkeit
- Alter
- Geschlecht
- Gewöhnung
- Erfahrungen und Erwartungen

Safer Use - SET



- Viele Personen empfinden den Cannabisrausch als unangenehm
- Im Allgemeinen nehmen die Risiken des Cannabiskonsums mit zunehmendem Alter ab
- Personen die an Cannabis gewöhnt sind „vertragen“ wesentlich mehr
- Die Erfahrungen und Erwartungen die ich an den Cannabisrausch habe wirken sich auf diesen aus

Cannabis - SETTING



- Umgebung
- Mit wem kiffe ich?
- Fühle ich mich wohl?

Safer Use - SETTING



- Cannabis verstärkt die vorhandene Grundstimmung
- Eine stressige Umgebung kann im Rausch zu paranoiden Situationen führen
- Personen mit denen ich eigentlich nichts zu tun haben will werden im Cannabisrausch meist nicht sympathischer
- Kein Konsum vor bzw. während der Arbeit oder Schule
- Kein Konsum vor bzw. während dem Lenken eines Fahrzeugs

Cannabis - Konsumtypen

FreizeitkonsumentInnen

- Spaß haben
- Entspannung
- Abschalten
- Intensivierung von Erlebnissen

Unauffällige Mehrheit

PartykonsumentInnen

- Gemeinsames Rauscherlebnis
- Trance beim Tanzen

Chronische CannabiskonsumentInnen

- Verminderte Kontrollfähigkeit des Cannabiskonsums
- Körperliche Entzugssymptome
- Dosissteigerung aufgrund von Toleranzentwicklung
- Vernachlässigung anderer Interessen
- Komorbidität
- Selbstmedikation
- Starker Wunsch bzw. Zwang zum Konsum

Safer Use Vermittlung

- Den KonsumentInnen in ihrer Lebenswelt begegnen



Safer Use Vermittlung



- Haltung am Beispiel der Drogenarbeit Z6:
 - Wir arbeiten parteilich den Anliegen unserer KlientInnen folgend.
 - Wir treten öffentlich für die Interessen von drogenkonsumierenden Jugendlichen und jungen Erwachsenen ein und sind gegen jegliche Art der Stigmatisierung und Ausgrenzung von KonsumentInnen illegalisierter Substanzen.
 - Die Entkriminalisierung von KonsumentInnen aller psychoaktiven Substanzen gilt für uns als Grundlage einer sinnvollen und nachhaltigen Drogenpolitik.
 - Wir setzen uns kritisch mit Entwicklungen in der nationalen und internationalen Drogenpolitik auseinander.
 - Unsere Arbeit basiert auf Fakten und nicht auf Mythen.

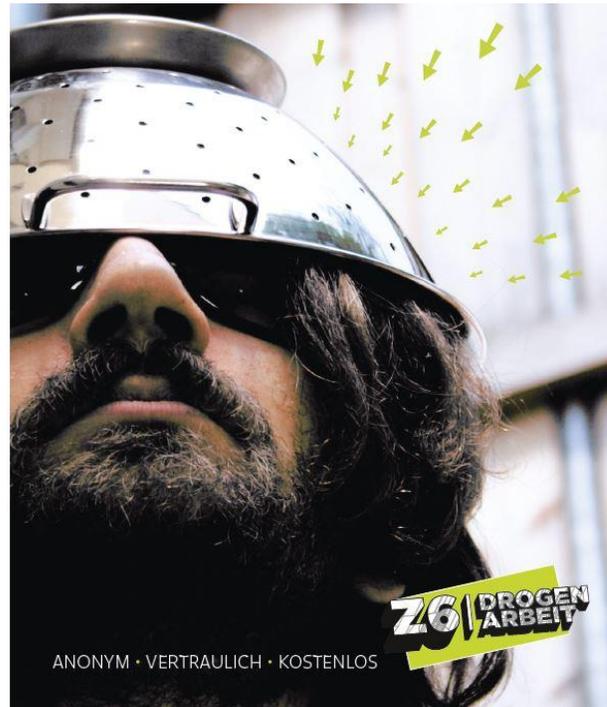
Safer Use Vermittlung



- Konsumreflexion, Stärkung der Risiko- und Konsumkompetenz
- Information und Aufklärung: Substanzwissen, Mischkonsum, rechtliche Fragen (Informationsmaterial)

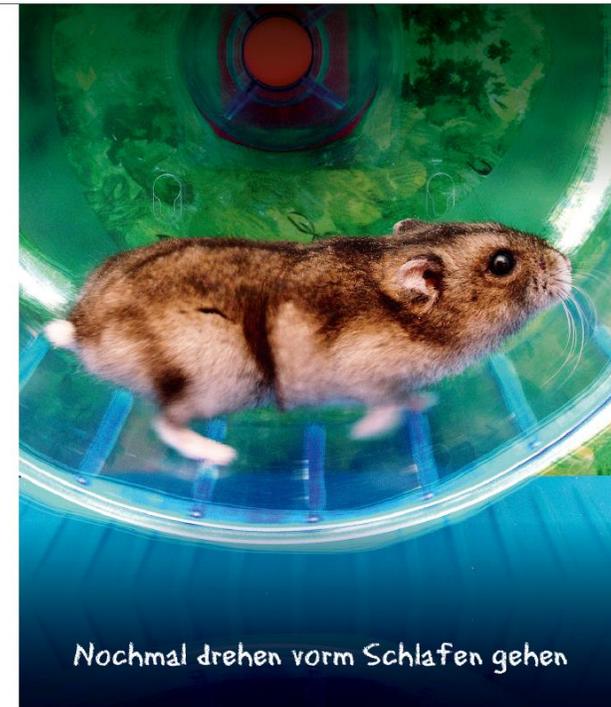


PROTECT YOUR HEAD



ANONYM · VERTRAULICH · KOSTENLOS

CANNABIS



Nochmal drehen vorm Schlafen gehen

Safer Use Vermittlung



- Drug Checking, Präsenz in den Medien und auf Parties vermitteln die akzeptanzorientierte Haltung
- Durch fundiertes Substanzwissen wird man von Jugendlichen als Experte wahrgenommen
- Der Ruf als Fachstelle in der „Szene“ erhöht die Akzeptanz in der Zielgruppe
- Die Haltung muss für die DrogenkonsumentInnen spürbar authentisch sein!
- MI als grundlegende Haltung um mit KlientInnen in Beziehung zu treten
- Beziehung ist die Grundlage für eine funktionierende Beratungsarbeit
- Jugendlichen vermitteln, dass sie mit ihren Fragen und Anliegen an der richtigen Stelle sind
- Der Zugang muss möglichst niederschwellig sein

Safer Use Vermittlung



- einige Beispiele der Safer Use Vermittlung der Drogenarbeit Z6:
 - Schadenspotenzial, Bsp. Cannabisquiz mit Gruppe

Wie schädlich ist der Rauch von Cannabis im Vergleich zu dem einer Zigarette?

Beispiele Safer Use Vermittlung



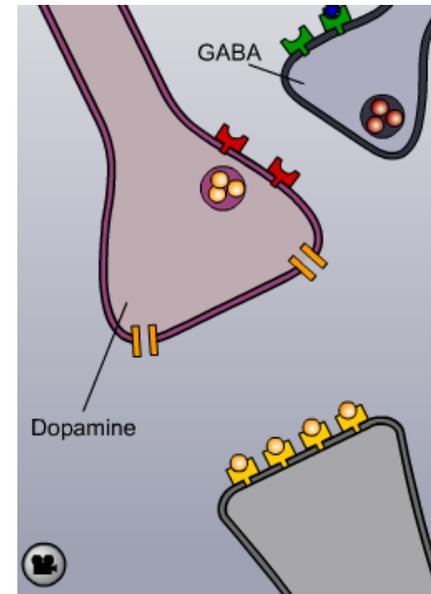
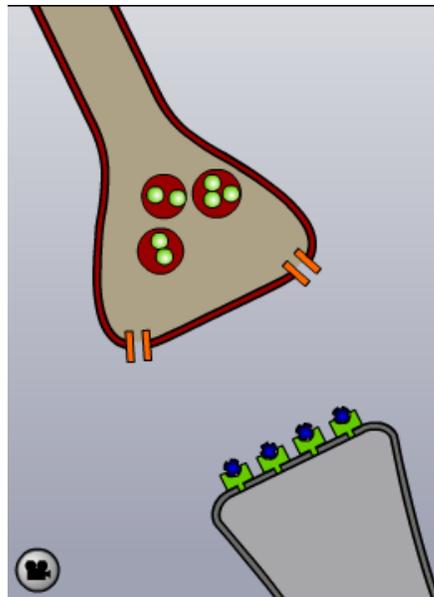
Antwort A: Cannabisrauch ist gesund, denn das THC bindet krebserregende Stoffe des Zigarettenrauchs.

Antwort B: Cannabisrauch ist nikotinfrei und somit unschädlich für die Lunge.

Antwort C: Der Rauch von Cannabis enthält mehr krebserregende Stoffe als der von Zigaretten.

Beispiele Safer Use Vermittlung

- Hirnmodell: Erklärung Toleranzbildung und damit einhergehender Dosissteigerung



Nähere Infos unter: <http://www.jellinek.nl/brain/>

Beispiele Safer Use Vermittlung



- Aktivkohlefilter mitgeben und ausprobieren
- Legalisierungsdiskussion mit Jugendlichen, Altersgrenze, Unterschied zwischen 14 und 24-jährigem Kiffer usw.
- Verhalten bei Konsum reflektieren, Motivationslosigkeit durchbrechen

Suchtmittelgesetz



- Stand seit 1.1.2016
 - Entkriminalisierung für KonsumentInnen
 - Anzeige nur noch bei Vergehen nach § 27a (öffentliches Dealen) und § 28 (gewerbsmäßiger Handel)
 - Bei Cannabis werden von den Gesundheitsbehörden keine Harntests verlangt und sehr selten kommt es zu Gesundheitsbezogenen Maßnahmen
 - Zusammenarbeit zwischen Gesundheitsbehörden und Beratungsstellen funktioniert in der Praxis sehr gut (Erfahrungen in Tirol)
 - deutliche Verbesserung für KonsumentInnen

Gesundheitspolitik

- Gesundheitspolitisch ist eine Regulierung dringend notwendig
 - Jugendschutz durch Einführung und Kontrollierbarkeit von Altersgrenzen
 - Qualitätskontrolle wird möglich
 - Möglichkeit der Einführung von THC-Obergrenzen
 - Möglichkeit der Besteuerung
 - Kriminellen Organisationen wird eine wichtige Einnahmequelle entzogen
 - Die Glorifizierung wird wahrscheinlich abnehmen

Beratungsangebot



10 Sitzungen

- Sitzung 1:** Neurobiologisches und lernpsychologisches Modell der Abhängigkeitsentwicklung, Rückmeldung der Diagnostik & Veränderungsmotivation
- Sitzung 2:** Förderung der Veränderungsmotivation
- Sitzung 3:** Verstehen eigener Konsummuster
- Sitzung 4:** Vorbereitung des Zieltages
- Sitzung 5:** Nachbesprechung des Zieltages und Umgang mit Verlangen
- Sitzung 6:** Rückfallprophylaxe
- Sitzung 7:** Problemlösen I
- Sitzung 8:** Problemlösen II
- Sitzung 9:** Komorbidität
- Sitzung 10:** Soziale Kompetenz und Abschluss der Therapie

Beratungsangebot



- KISS
- Walk About

Walk About



Substanzunabhängige Grenzerfahrungen



Naturerlebnis



Gemeinsames erleben als Gruppe



Gruppendynamische Prozesse sichtbar machen
(evtl. Parallelen zum Konsum



Vertrauensbasis zwischen BeraterIn und KlientIn stärken



Sich gegenseitig Vertrauen



Den eigenen Körper spüren

