



Fachteam 1: Wirkung von Cannabis

Ihr seid das Fachteam 1 und erarbeitet, wie Cannabis wirkt: Was passiert z. B. im Kopf oder im Körper?
Welche Gefühle werden beim Konsum erzeugt?

Empfindungen und Wahrnehmungen

Häufig ist der Cannabisrausch durch euphorische Gefühle, Enthemmung und Gelassenheit gekennzeichnet. Man fühlt sich selbstbewusster. Konsumierende empfinden Licht und Musik oft intensiver. Sonst Nebensächliches wird deutlicher wahrgenommen. Die Zeit scheint langsamer zu vergehen.

Allerdings kann die Euphorie auch kippen. Negative Stimmung, Angst und Panikgefühle können die unangenehme Folge sein. Psychotische Symptome wie Verwirrtheit und Verfolgungsgedanken sind möglich. Man spricht in diesem Zusammenhang auch von Horrortrips. Manchmal kommt es zu einer Depersonalisation/Derealisation (= Gefühl, ausserhalb des eigenen Körpers zu stehen, von den eigenen Gedanken getrennt zu sein).

Denken

Gewohnte Denkmuster treten in den Hintergrund. Das Denken ist geprägt von neuen Ideen und Einsichten, verbunden mit starken Gedankensprüngen. Aus Gedankensprüngen kann

ein Durcheinander im Kopf entstehen, die Konsumierenden können keine klaren Gedanken fassen, was zu Orientierungslosigkeit führen kann.

Gedächtnis

Das Kurzzeitgedächtnis kann beeinträchtigt sein. Was vor 5 Minuten war, ist schon wieder vergessen. Das wird von Freund:innen und Kolleg:innen oft als amüsant empfunden. Allerdings hat die Beeinträchtigung des Kurzzeitgedächtnisses auch negative Folgen: Durch das gestörte Kurzzeitgedächtnis kann es zu Erinnerungslücken und Filmrissen kommen.

Kommunikation und Beziehung

Das Gemeinschaftserlebnis wird beim Cannabiskonsum oft intensiver wahrgenommen. Konsumierende haben das Gefühl, sich besser in andere hineinversetzen zu können. Manchmal tritt jedoch an die Stelle des gemeinsamen Erlebens das Gefühl der Isolation. Konsumierende fühlen sich dann ausgegrenzt und können sich nicht mehr gut mitteilen.



Körper

Einerseits beschleunigt sich der Herzschlag, andererseits fühlt man sich entspannt. Ein Gefühl der Leichtigkeit bei gleichzeitiger Verlangsamung der Bewegungen tritt ein. Schmerzen werden oft weniger wahrgenommen. Der Mund und die Kehle sind trocken, die Pupillen erweitert und die Augen gerötet. Auch die Reaktionsfähigkeit verändert sich, die Konzentration lässt nach. Neben einem verstärkten Hungergefühl können Bewegungsstörungen auftreten. Es können körperliche Nebenwirkungen wie Übelkeit und Erbrechen, Schwitzen, Schwindel, Zittern, Schüttelfrost, Herzrasen, Schmerzen oder Appetitstörungen auftreten. Das sind Anzeichen einer Cannabisvergiftung. Ein Kreislaufkollaps ist möglich.

Unberechenbarkeit der Wirkung

Die Wirkung von Cannabis kann sehr unterschiedlich sein: von euphorischen Gefühlen bis zu lähmender Trägheit. Manche behaupten, nichts zu spüren, anderen wird nur übel. Es gibt grosse Unterschiede, sowohl zwischen den Konsumierenden als auch zwischen den verschiedenen Rauschzuständen bei ein und derselben Person. Grundsätzlich lässt sich die Wirkung schlecht vorhersehen.



- Quellen**
- Hoch, Eva, et al. (Hrsg.) (2019): Cannabis, Potenzial und Risiko.
 - Soyka, Michael et al. (Hrsg.) (2018): Suchtmedizin.
 - Stelle für Suchtprävention Kanton Zürich (2022): Synthetische Cannabinoide und ihre Risiken.
 - https://suchtpraevention-zh.ch/wp-content/uploads/2022/02/Factsheet_Cannabinoide_2022.pdf
 - Sucht Schweiz (2013): Fragen und Antworten zu Cannabis. https://www.suchtschweiz.ch/fileadmin/user_upload/DocUpload/Fragen_Antworten_Cannabis.pdf

Spezialfall künstliche/synthetische Cannabinoide:

Neben dem natürlichen Cannabis, das aus der Cannabispflanze gewonnen wird, gibt es auch künstlich hergestelltes Cannabis, sogenannte künstliche oder synthetische Cannabinoide.

Die bisher beschriebenen Wirkungen gelten auch für synthetische Cannabinoide, diese haben aber eine stärkere Wirkung und sind daher mit besonderen Gefahren verbunden:

- Ohnmacht/Bewusstlosigkeit (schnell, je nach konsumierter Substanz)
- Herzrasen, Bluthochdruck,
- Verlangsamte Atmung, Krampfanfälle (Epilepsie)
- Übelkeit mit Erbrechen
- Verminderte geistige Leistungsfähigkeit
- Verwirrtheit, Halluzinationen, akute Psychosen
- Aggressives und gewalttätiges Verhalten
- Craving (unbändiges Verlangen nach mehr)
- Herzinfarkt
- Es gab schon Todesfälle durch synthetische Cannabinoide.

Wenn ihr noch Zeit habt, schaut euch die Videos aus der weiterführenden Aufgabe an ( **Case 1** |  **Case 2**): Hier wird noch etwas genauer erklärt, wie Cannabis im Gehirn und im Körper wirkt. Diese Ausführungen könnt ihr auch in euren Input einfließen lassen.