



Tietoa kannabiksesta



Mitä kannabis on?

Kannabis on kasvi,
josta valmistetaan huumausainetta.



Marihuana ja hasis
ovat kannabiksen eri muotoja.
Marihuanaa saadaan
kannabiksen kukasta,
joka on kuivattu ja jauhettu.



Hasis muistuttaa pihkaa.
Sitä kerätään kannabiskasvin pinnalta.



Miten kannabista käytetään?

Kannabista käytetään eri tavoilla.
Kaikki tavat käyttää kannabista ovat haitallisia.

Kannabista poltetaan sätkässä.



Kannabista hörytetään vesipiipulla.



Miten kannabis vaikuttaa?

Kannabis vaikuttaa ihmisiin monilla tavoilla.

Kannabis heikentää muistia.
Ajan ja paikan taju heikkenevät.
Myös nopeuden ja etäisyyden taju heikkenevät.
Siksi ihminen voi aiheuttaa onnettomuuksia
esimerkiksi liikenteessä,
kun hän käyttää kannabista.

Koskaan ei voi tietää etukäteen,
miten kannabis vaikuttaa.
Jotkut ihmiset hakevat kannabiksesta
rentoutumista ja mielihyvää.
Joitakin ihmisiä kannabis voi piristää.
Joillakin ihmisillä kannabis lievittää ahdistusta.

Joillekin kannabis tuottaa ahdistavia
ja epämiellyttäviä kokemuksia.
Kannabiksen käyttö voi aiheuttaa
vakavia mielenterveyden ongelmia.
Ihminen voi masentua ja ahdistua,
jos hän käyttää kannabista.



Mieti:

Millä tavalla sinä rentoudut?

Miten kannabis vaikuttaa?

Kannabiksen vaikutukset riippuvat siitä, kuinka kauan ja kuinka paljon kannabista käyttää.

Jotkut kannabiksen vaikutukset tuntuvat nopeasti.

Sellaisia ovat esimerkiksi

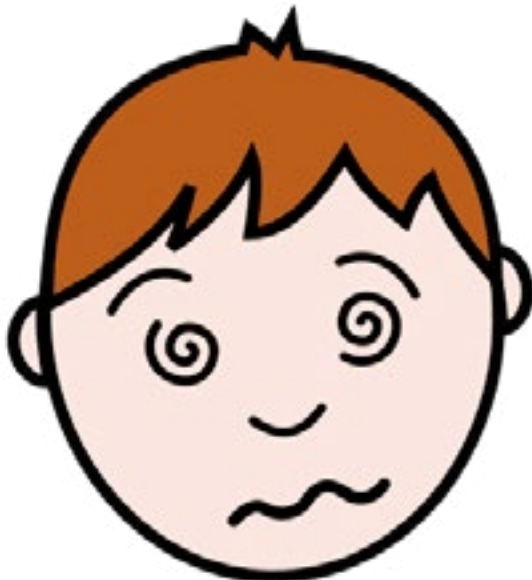
- lievät aistiharhat
- silmien verestys
- sykkeen kiihtyminen.

Suurista annoksista kannabista voi seurata paniikkikohtauksia ja sekavuustiloja.

Jos kannabista käyttää kauan, se voi aiheuttaa mielenterveyden ongelmia.

Kannabiksen polttaminen vaurioittaa keuhkoja.

Kannabis voi aiheuttaa syövän tai sydänsairauksia.



Mitä on lääkekannabis?

Lääkekannabis on erilaista kuin kannabis, jota käytetään huumausaineena.

Lääketehtaat valmistavat kannabiksesta lääkettä.

Lääkäri voi määrätä lääkekannabista joihinkin sairauksiin, kun muut lääkkeet eivät auta.

Lääkekannabista käytetään vain lääkärin valvonnassa.

Lääkekannabista käytetään silloin esimerkiksi

- kipuihin ja kouristuksiin MS-taudissa
- vaikeaan epilepsiaan
- muihin sairauksiin, jotka aiheuttavat pitkäaikaista kipua.



Miksi kannabis on haitallista nuorille?

Suurin osa suomalaisista nuorista ei ole kokeillut kannabista.

Mutta viime vuosina kannabiksen käyttö on lisääntynyt.

Usein kannabista käyttävät ne nuoret, jotka juovat myös paljon alkoholia. Usein nuoret kokeilevat kannabista, kun he ovat humalassa.



Nuoret voivat luulla, että kannabiksen käyttö on hienoa. Nuoret voivat myös luulla, että kannabiksen käyttö ei ole haitallista. Mutta kannabis aiheuttaa nuorille helpommin haittoja kuin aikuisille. Kannabis voi häiritä erityisesti nuoren ihmisen aivojen kehitystä.



Mieti:

Käyttävätkö sinun kaverisi kannabista?

Mitä teet, jos kaverisi polttaa kannabista?

Miten riippuvuus kannabikseen syntyy?

Jos ihminen käyttää kannabista usein, hän tottuu siihen.



Hän tarvitsee kannabista yhä useammin ja yhä enemmän, jotta kannabis vaikuttaa niin kuin hän toivoo.

Ihmisestä tuntuu, että hänen on pakko saada kannabista. Näin syntyy riippuvuus.

Riippuvuus aiheuttaa vieroitusoireita, jos riippuvainen ihminen ei saa kannabista. Kannabiksen vieroitusoireita ovat

- unettomuus
- ruokahalun puute
- hikoilu
- levoton olo.



Riippuvuus syntyy nuorelle helpommin kuin aikuiselle.

Miksi kannabis on kielletty huume?

**Ihmisiä halutaan suojella kannabiksen haitoilta.
Siksi Suomen lain mukaan kannabiksen käyttö,
kasvatus ja myynti ovat rikoksia.**

Myös kannabiksen hallussapito on rikos.
Myös kannabiksen tarjoaminen kaverille on rikos.

Jos alle 18-vuotias nuori jää kiinni kannabiksen käytöstä,
hän saa sakon tai joutuu poliisin puhutteluun.

Puhuttelussa ovat mukana
sosiaalityöntekijä, poliisi ja nuoren vanhemmat.
Nuorelle kerrotaan huumeiden haitoista.

Yli 18-vuotias on täysi-ikäinen henkilö.
Täysi-ikäinen voi saada kannabiksen käytöstä sakkoa.

Puhuttelusta ja sakosta jää aina merkintä poliisin rekisteriin.
Se voi vaikeuttaa pääsyä työhön tai opiskelemaan.



Mieti:

Mitä voi seurata,
jos käytät tai pidät hallussasi kannabista?
Oletko puhunut kannabiksesta
jonkun aikuisen kanssa?
Mitä haittaa kannabiksen käytöstä on sinulle?

Mitä teet, jos sinulle tarjotaan kannabista?

**Voit joskus joutua tilanteeseen,
jossa kaveri tai joku muu tarjoaa sinulle kannabista.**

Joku voi tarjota kannabista esimerkiksi juhlissa tai kadulla.
Voit saada kannabissätkän myös vahingossa.
Kannabissätkä nimittäin näyttää samanlaiselta kuin savuke.



Kannabiksesta kieltäytyminen voi olla vaikeaa,
jos muutkin kaverit käyttävät kannabista.
Kannabiksen käytöstä voi kuitenkin kieltäytyä.
Ja kieltäytyä voi monella tavalla.

Tässä on muutamia tapoja, joilla voit kieltäytyä.

Nämä ovat kieltäytymistaitoja,
joista usein puhutaan päihdetyössä.
Samoja kieltäytymistaitoja voi käyttää,
kun haluat kieltäytyä muistakin päihteistä.



Sano ääneen,
että sinua ei saa painostaa kannabiksen
tai muiden päihteiden käyttöön.
Kieltäytyminen voi pelottaa.



Puhu pelosta jonkun luotettavan ihmisen kanssa.
Voit jutella ohjaajan, opettajan
tai hyvän ystävän kanssa.
Mene vain sellaisiin juhliin,
missä ei käytetä kannabista
tai muita päihteitä.

Älä vietä aikaa porukassa,
jossa kaverit käyttävät kannabista.
Lähde pois sellaisesta porukasta.
Etsi uusia harrastuksia ja uusia kavereita.



Mieti:

Onko joku tarjonnut sinulle kannabista?
Miten olet kieltäytynyt tarjouksesta?

Mistä saa apua?

EHYT ry:n Päihdeneuvonta-puhelin

0800 900 45

Voit soittaa mihin aikaan tahansa.

Voit soittaa nimettömänä.

Soittaminen ei maksa mitään.

Oppilaitoksen terveydenhuolto

Oman kunnan terveysasema

Oman kunnan nuorisoasema

Verkkokerttu

[Selkokielineen nettineuvonta](https://verneri.net/selko/verkko-kerttu/kysy-kertulta)

verneri.net/selko/verkko-kerttu/kysy-kertulta

A-klinikka

a-klinikka.fi

Mieti:

Mitä uutta tietoa sait kannabiksesta?

[Kokeile vastata Kannabis-tietovisan kysymyksiin.](https://ehyt.fi/tietovisa-kannabiksesta-selkokielella)

ehyt.fi/tietovisa-kannabiksesta-selkokielella



SELVIS-hanke 2021